MAPPLE MAGAZINE

California Los Angeles San Francisco

まっぷる カリフォルニア・ロサンゼルス・サンフランシスコ contents

必ずお読みください

■本誌に掲載されている営業時間や表記などのデータは、2020年1～3月の取材・調査に基づくものです。諸事情により、料金・価格など、掲載情報が変更になる場合もありますので、ご利用の際には事前にご確認ください。なお、本誌に掲載した内容により生じた損害・トラブル等については、弊社では補償しかねますのであらかじめ、ご了承のうえ、ご利用ください。

■本誌中の料金、価格の単位はUSドル($)で表示しています。2020年3月現在、$1=約109円、10,000円=約$92

■休業日は、祝祭日や年末年始、臨時休業を除いた定休日のみを表示しています。

■原則、地名や掲載施設名などはアルファベットで表示しています。地名などのカナ表記については、日本語では表現しきれない微妙な発音もありますので、編集部の判断で統一しています。日本で通用しているものは、その表記に従っています。

■クレジットカードの利用には、手数料がかかる場合があります。

物件欄の読み方

ドルビ・シアター — 物件名
Dolby Theatre — 物件名(英文)現地表記
ハリウッド — エリア名
MAP P.66 E-4 — 地図掲載ページ位置

物件データの読み方

所 所在地
交 最寄駅などからの所要時間
☎ 電話番号
FREE フリーダイヤル
L 営業時間、開館、開園時間
休 定休日(年末年始、クリスマス、旧正月、臨時休業などを除く)
料 入場料・料金/S:シングルの1室料金、T:ツインの1室料金※時期、予約方法などにより変わる場合がありますので、ご注意ください。飲食店の場合はアルコール飲料を含まない食事予算の目安、Lはランチ、Dはディナー
カード 使用できるクレジットカード V:Visa、M:Master、A:AMEX、J:JCB
室 客室数
URL ホームページのURL(http://は省略)
予約が望ましい

カリフォルニアはこんなところ

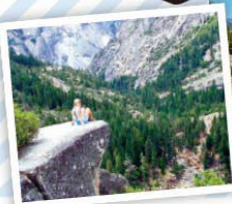
主要エリア早わかり

日本より広く、ロサンゼルスやサンフランシスコといったアメリカ屈指の大都市を擁するカリフォルニア。その魅力を満喫するためには、まずは各エリアの特徴を把握しよう。

カリフォルニア州の総面積は423,970㎢で、日本の約1.1倍。全米州のなかでいちばん日本人・日系人が多く、その数約43万人。ロサンゼルスはヒスパニック系、アジア系の民族が多く、サンフランシスコは白人が約50%で中国系が多いのが特徴だ。

ヨセミテ国立公園
Yosemite National Park

P.102

カリフォルニア州の東の端に位置するアメリカ3大国立公園のひとつ。険しい岩山や深い森など大自然の美しさが実感できる。

目の前に雄大な光景が広がり、圧倒される

海が隆起してできた標高3000mを超える岩山と渓谷がつくる荘厳な風景が魅力

サンタバーバラ
Santa Barbara

付録P.11

ロサンゼルスから140kmほど北に行ったところにあるサンタバーバラは、18世紀にスペイン人によって開かれた美しい街。

おすすめスポット
- ☆ワイナリー ▶付録P.11
- ☆ミッション・サンタバーバラ ▶付録P.11
- ☆サンタバーバラ郡庁舎 ▶付録P.11

海沿いに点在する家々の赤い瓦屋根が、街路樹などのグリーンに映える

Column 1
カリフォルニア州

カリフォルニア州はアメリカ西海岸の大部分を占め、州都はサクラメント。州旗は、1911年に正式に制定された。中央にデザインされたクマはカリフォルニア・グリズリーで、今は絶滅している。

サンディエゴ
San Diego

P.58

カリフォルニアの南端に位置する、州内第2の都市。街には昔メキシコ領だったころの面影が残る。

おすすめスポット
- ☆シーワールド ▶P.59
- ☆バルボアパーク ▶P.59
- ☆サンディエゴ・ミッション ▶P.59

西海岸で最初に建てられた教会。内部はシンプルだが厳かな雰囲気で、自然と背筋が伸びる

Column 2
日本からは直行便で約10時間

羽田と成田・関空から各都市に直行便が運航。ロサンゼルスへは約10時間、サンフランシスコとサンノゼへはそれぞれ約9～10時間。

ロサンゼルス
Los Angeles

P.16

セレブの象徴ビバリーヒルズ、開放感あふれるビーチ、夢の国に誘うテーマパーク。広大なロサンゼルスには、多様な魅力を持つ街が点在する。フレンドリーな人々と触れあいながら、自分の旅をデザインするのもいい。

おすすめスポット
- ☆サンタモニカ ▶P.36
- ☆ハリウッド ▶P.32
- ☆ビバリーヒルズ ▶P.34
- ☆ダウンタウン ▶P.20

TCLチャイニーズ・シアターは、ハリウッド屈指の人気観光スポット

カリフォルニア州最大 青い空と海のエンタメ・シティ

ハリウッドサインは、世界的に有名なランドマーク

樹齢200年といわれる木もあるという

高さ100m近いレッドウッドが林立する森。カリフォルニア北西端にある。

レッドウッド国立&州立公園
Redwood National & State Parks

ナパ Napa
P.105

アメリカでいちばん有名なワインの産地。著名なワイナリーも多く、サンフランシスコ発のワイナリー・ツアーも多い。

なだらかな丘陵地帯にブドウ畑が広がる

ナパでは値頃感のあるワインを購入することもできる

ソノマ Sonoma
P.105

ナパ・バレーに隣接するソノマ・バレーと北部のヒルズバーグに400軒以上のワインリーが点在する。

ソノマでは多彩なブドウが栽培されている
サンタローザにはスヌーピーの生みの親、チャールズ・M・シュルツの博物館も→付録P.8

デス・バレー国立公園
Death Valley National Park

アメリカでもっとも熱く、もっとも乾燥している国立公園。

高さ30m前後の砂丘が連なるサンド・デューン

サンノゼ
San Jose
P.106

カリフォルニア第３の都市で、シリコンバレーの中心地。ハイテク系の博物館やIT関連の企業の本社などが並ぶ。

おすすめスポット

★サンノゼ美術館▶P.107
★ウィンチェスター・ミステリー・ハウス▶P.107
★テック・インターラクティブ博物館▶P.107
★アップル・インフィニット・ループ▶P.108
★インテル・ミュージアム▶P.108

サンノゼ美術館も街の中心部にある
インテル・ミュージアムは、サンノゼの中心街から車で15分ほどのところにある

サンフランシスコでいちばん高いセールスフォース・タワー。隣接の公園も人気
三方を海に囲まれた坂の街

サンフランシスコ
San Francisco
P.68

フィッシャーマンズ・ワーフやゴールデン・ゲート・ブリッジ、アルカトラズ島などの観光スポットが点在し、名物のケーブルカーがガタゴトと走る坂の街。新たにセールスフォース・タワーや空中公園も完成し、見どころがまた増えた。

おすすめスポット

★セールスフォース・タワー▶P.69
★フィッシャーマンズ・ワーフ▶P.74
★フェリービルディング▶P.78
★アルカトラズ島▶P.77

ビルの合間を縫うようにして走るケーブルカーにも乗ってみたい　ゴールデン・ゲート・ブリッジへは、フィッシャーマンズ・ワーフから自転車に乗って行こう

出発前にチェック!

カリフォルニア滞在Q&A

Q.税金はどうなっているの?

A.都市によって異なる

セールス・タックス(消費税)は都市によって異なる。ロサンゼルスは9.50%、サンフランシスコは8.50%、サンノゼは9.25%(2020年3月現在)。ただし、セールス・タックスは変更される場合があるので注意しよう。

Q.お酒とタバコのルールは?

A.公共屋外では飲酒も喫煙も禁止

飲酒は21歳からで、公園など公共屋外での飲酒は禁止。酒類を購入するときも、ID(パスポートなどの身分証明)の提示が必要だ。バーやクラブなどでも、年齢確認のため提示を求められることがある。またカリフォルニアでは、レストランやバーを含む、すべての公共の建物内での喫煙は禁止。屋外でも道路や公園など人の集まる公共の場での喫煙は禁止されている。

Q.チップの目安は?

A.レストランでは15~20%

★タクシー…料金の15%。荷物を出し入れしてもらったら1個につき$1ほど　★ベッドメイキング…$2~3　★ベルボーイ…$2~3
★レストラン&バー…飲食代金の15~20%(セルフサービスやサービス料が加算されている場合は不要)

Q.治安はどうなの?

A.夜はとくに気をつけて

アメリカ国内の大都市に比べると、治安はいいほうだ。でも、空港や人の多い場所ではスリやひったくりがあるので要注意。ホームレスも多いので、近づかないようにしよう。とくに夜は危険なので、ひとり歩きは避け、タクシーを利用したい。

Q.気をつけたいマナーは?

A.レディ・ファーストの精神で

レディ・ファーストはアメリカの伝統的な習慣。ショップやレストランの出入りやエレベーターの乗り降りなどでは、スマートに先を譲ったり、譲られたりしたい。高齢者への配慮、教会や美術館では帽子を取るなど、基本的なマナーにも気を配ろう。

Q.フライトは何時間くらい?

A.直行便で約10時間

ロサンゼルス、サンフランシスコ、サンノゼの各空港へは、羽田と成田・関空からそれぞれ直行便が運航している。所要時間は、ロサンゼルスまでは約10時間、サンフランシスコとサンノゼまでは約9~10時間。

Q.通貨と為替レートは?

A.1ドル=約109円 (2020年3月現在)

通貨はUS$(ドル)と¢(セント)で$1=100¢。2020年3月現在10000円=約$92となる。$1紙幣はチップに使うため、多めに用意しておこう。硬貨は25¢をクォーター、10¢をダイム、1¢をペニーと呼ぶことが多いので注意しよう。

Q.ESTAって何?

A.電子渡航認証システムのこと

アメリカをビザなしで訪れるには、電子渡航認証システムESTA(エスタ)の登録が必要。渡航前に公式ウェブサイトで申請しておこう。申請料金は$14。代行会社もあるが、日本語説明もあり自分でも簡単に登録できる。URL https://esta.cbp.dhs.gov

Q.日本との時差は?

A.夏が16時間、冬が17時間

日本とカリフォルニアの時差は、夏が16時間、冬が17時間。カリフォルニアのほうが、半日以上日本より遅い。夏と冬で1時間違うのは、サマータイム(デイライト・セービングタイム)のため。カリフォルニアでは3月第2日曜~11月第1日曜がサマータイム。

日本が3日
午前9時のとき

カリフォルニアは
2日午後4時

カリフォルニアは
2日午後5時
(サマータイム)

気候とイベントをチェック!

名だたる観光スポットが集まるカリフォルニアはイベントもいろいろ。日程が決まったら、その時期にどんなイベントがあるかチェックして計画を立てよう

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
季節	冬	冬	春	春	春	夏	夏	夏	秋	秋	秋	冬
平均気温 ロサンゼルス	14.1℃	14.3℃	14.8℃	16.1℃	17.4℃	19.0℃	20.7℃	21.0℃	20.5℃	19.1℃	16.7℃	14.0℃
平均気温 サンフランシスコ	10.1℃	11.6℃	12.7℃	13.8℃	15.3℃	16.8℃	17.5℃	18.0℃	18.2℃	16.4℃	13.2℃	10.3℃
平均気温 東京	5.2℃	5.7℃	8.7℃	13.9℃	18.2℃	21.4℃	25.0℃	26.4℃	22.8℃	17.5℃	12.1℃	7.6℃
平均降水量 ロサンゼルス	72mm	91mm	42mm	16mm	7mm	3mm	1mm	0mm	4mm	15mm	19mm	53mm
平均降水量 サンフランシスコ	101mm	106mm	70mm	32mm	14mm	3mm	0mm	1mm	4mm	23mm	59mm	104mm
平均降水量 東京	52mm	56mm	118mm	125mm	138mm	168mm	154mm	168mm	210mm	198mm	93mm	51mm
祝日・イベント	1月1日 ニュー・イヤーズ・デー 1月18日 キング牧師記念日※	2月15日 プレジデント・デー（大統領の日）※	3月31日 シーザー・チャベス・デー・カリフォルニア州のみ	4月2日 グッド・フライデー※★ 4月4日 イースター（復活祭）※★	5月31日 メモリアル・デー（戦没者追悼の日）※		7月4日 アメリカ合衆国独立記念日		9月7日 レイバー・デー（労働者の日）※	10月12日 コロンブス・デー（アメリカ大陸発見の日）※★	11月11日 ベテランズ・デー（退役軍人の日） 11月26日 サンクスギビング・デー（感謝祭）※・カリフォルニア州は翌日も祝日	12月25日 クリスマス

プロスポーツ
- 9月上旬～1月上旬 アメリカンフットボール（NFL）
- 10月上旬～4月中旬 アイスホッケー（NHL）
- 10月下旬～4月中旬 バスケットボール（NBA）
- 3月下旬～9月下旬 野球（MLB）

※印は移動祝日のため、毎年日付が変わります。掲載しているのは、6月～12月が2020年、1月～5月が2021年の日程です。★印の日は祝日ではありません。
平均気温と降水量は気象庁のデータに基づきます。

Column 3

スーパーマーケット&アウトレット

日用品やおみやげを買うのに便利なスーパーマーケット。近くにあれば立ち寄ってみたいアウトレット。近くに行ったら寄ってみよう。

おしゃれな大型スーパー ターゲット Target

www.target.com

スーパーとは思えないほど、かわいい雑貨やおしゃれ小物がそろう。お値段も手頃。アメリカンなおみやげをチェックしよう。

MAP P.63 C-4／P.63 D-4／P.64 F-2／P.65 D-4

世界最大のスーパーマーケットチェーン ウォルマート Walmart

www.walmart.com

アメリカ国内だけでなく、中南米、アフリカ諸国にも店舗を展開。日常生活で必要なものは、ほとんどそろう。お得な価格も嬉しい。

国内外の著名なブランドが並ぶアウトレット サイモン Simon

www.simon.com

ロサンゼルスやサンフランシスコなど、アメリカの主要都市に約30店舗展開する本格的なアウトレット。

Desert Hills Premium Outlets 所48400 Seminole Dr, Cabazon L10:00～21:00 MAP 付録P.12／
The Outlets at Orange 所20 City Blvd West, Orange L10:00～21:00 MAP P.62 H-5／
Camarillo Premium Outlets 所740 E Ventura Blvd, Camarillo L10:00～21:00 MAP 付録P10

カリフォルニアでしたいこと10

テーマパーク、プロスポーツ、絶景、美食、エンターテインメント……。
何でもそろうカリフォルニアだからこそ、やりたいことを厳選しよう!

ハリウッドサインはロサンゼルスを象徴するサイン

白い「HOLLYWOOD」の文字を実際に見れば、ロサンゼルスに来たことをいやがうえにも実感させられる

1 ハリウッドサインが見たい ➡P.32

ロサンゼルスといえば、サンタモニカ丘陵のリー山にあるハリウッドの看板。ひと文字の高さは14m、幅は9mとかなり巨大だ。

チームが勝利して大喜びするゴールデンステート・ウォリアーズのファン

2 スポーツ観戦がしたい ➡P.12

カリフォルニアを本拠地とするプロスポーツチームは少なくない。選手たちの派手なパフォーマンスや超美技に触れたら、一瞬でファンになってしまうかも……。

プロスポーツは迫力満点。地元のファンと一緒に盛り上がろう

ホームランボールをもらうために、子どもたちは、グローブを持って外野席に陣取る

ステップの上にピョンと乗るステップ乗車は昔も今も大人気!

パウエル・ハイド線に乗ってフィッシャーマンズ・ワーフへ向かえば、途中から目の前に海が開ける

ピア39にはお楽しみがいっぱい

フィッシャーマンズ・ワーフのピア39には、水族館やメリーゴーランド、ショッピング、グルメと何でもそろっている

3 ケーブルカーに乗りたい

➡P.72

サンフランシスコ観光で欠かせないもののひとつがケーブルカー。ゆっくり進むケーブルカーに乗って、のんびり街並みを楽しもう。

カリフォルニアには、ディズニーランド・リゾートを筆頭に楽しいテーマパークがいっぱい。大人も十分に満喫できる。独特の世界を楽しもう。

童心にかえって物語の世界を思いっきり堪能しよう

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッドは、映画の撮影用スタジオやオープンセットがある広い敷地がテーマパークとなっている

映画『スター・ウォーズ』シリーズの世界を再現したテーマランド「スター・ウォーズ:ギャラクシーズ・エッジ」がディズニー・リゾートにオープン

4 テーマパークへ行きたい

➡P.24

大自然のエネルギーを感じながら広い公園を巡ってみよう

風を切って走るのはとても気持ちいいよ

ヨセミテ国立公園のなかには、全長20mのサイクリング・ロードが整備されている

マリポサ・グローブで巨木とご対面

ヨセミテ国立公園の南端にあるマリポサ・グローブには約500本の巨大なセコイアの木がある。

ヨセミテはイエローストーン、グランドキャニオンと並ぶ、アメリカの三大国立公園のひとつ。大地のエネルギーが肌で感じられる。

5 ヨセミテ国立公園へ行きたい ➡P.102

絶景ポイントとして名高いグレイシャー・ポイント。ヨセミテの全容が見渡せる

西海岸にはタイプの異なるワイナリーがたくさんあって楽しいですよ

ワイナリーでテイスティングを楽しむ2人

6 おいしいシーフードを食べたい ➡P.44・88

ロサンゼルスもサンフランシスコもおいしいシーフードのお店が多い。屋台から高級レストランまで、それぞれの味わいを堪能したい。

ロサンゼルスのレストラン「ヘリングボーン・サンタモニカ」でシーフード三昧

カリフォルニア沿岸域は豊かな漁場。ここで獲れる魚介は新鮮でおいしいから ぜひ、食べてみて

©Marie Buck Photography

新鮮な生ガキはミルクっぽい味わい

サンフランシスコのフェリービルディングに入っている「ホグ・アイランド・オイスター・カンパニー」➡P.79は気軽にシーフードが楽しめるレストラン。生ガキもクラムチャウダーも大人気だ

7 カリフォルニアワインを楽しみたい ➡P.104、付録P.11・12

気候に恵まれたカリフォルニアでは、ブドウの果実が完熟するのを待って収穫することができる。このため果実味あふれる味になるといわれる。

8 アップルの本社へ行きたい ➡P.108

アップルの本社もシリコンバレーにある。アップルパーク・ビジターセンターとアップル・インフィニットループは誰でも訪問可能で、多くの人で賑わっている。

アップルパークビジターセンターはカフェも併設されている

アップルパークビジターセンターは、インフィニット ループのストアより大きめ。ここでしか買えないグッズもいろいろある

アップル本社の敷地内に突入！

アップル・インフィニット・ループはアップルの本社内にあるアップルストア。グッズも販売している

9 ゴールデン・ゲート・ブリッジを渡りたい

フィッシャーマンズ・ワーフからゴールデン・ゲート・ブリッジまでサイクリングを楽しむ人は多い。レンタサイクルのお店もあるので、気軽にチャレンジしてみよう。

カニの看板が目印のフィッシャーマンズ・ワーフ。シーフードの屋台がいろいろと並び、買い食いも楽しい

➡P.76

1937年に完成したゴールデン・ゲート・ブリッジ。対岸のサウサリートまでは、自転車で30分ほど

10 サンタモニカへ行ってみたい ➡P.36

サンタモニカ・ピアのゲートは、この街のランドマーク。夕暮れどきは多くの人で賑わう

ロサンゼルスの西に位置するサンタモニカは、開放的なビーチタウン。ここに行けば、誰もが思い描く西海岸そのものと出会えるはずだ。

観覧車からは素敵な夕日も堪能できる

サンタモニカ・ピアにある遊園地「パシフィック・パーク」。観覧車に乗れば、絶景のオーシャンビューが楽しめる

プロスポーツの世界を堪能を楽しもう!

観て感動、やって感激! プロスポーツも街ナカスポーツも充実したカリフォルニアを満喫するには、やっぱりこれはハズせない。

MLBメジャーリーグを観戦したい

ロサンゼルス&サンフランシスコの4球団をチェック!

ロサンゼルス・ドジャース
Los Angeles Dodgers

ナショナル・リーグ西地区

鮮やかなドジャーブルーがトレードマーク

史上2人目の日本人メジャー選手、野茂投手が最初に所属した球団で、日本人にはなじみ深い。国際色豊かなチームで、黒人初のメジャーリーガーを獲得したことでも知られる。石井一久投手をはじめ、数多くの日本人選手が在籍し、活躍した。

ドジャー・スタジアム 本拠地
Dodger Stadium
眺めのよい球場として有名。左右非対称が増えるなか、ここは左右対称スタジアム。
MAP P.62 F-3
所 1000 Vin Scully Ave, Los Angeles 交 LAダウンタウンUnion駅から車で5分 ☎ 323-224-1507

ロサンゼルス・エンゼルス
Los Angeles Angels of Anaheim

アメリカン・リーグ西地区

地元人気はドジャースに負けない実力の球団

2002年に球団史上初のワールド・シリーズ優勝を果した。その後、西地区をリードする強豪球団へと成長し、2007年からは地区3連覇も成し遂げた。近年、大物打者やスター投手を獲得し戦力を強化。大谷翔平選手が所属する。

エンゼル・スタジアム 本拠地
Angel Stadium of Anaheim
エンゼルスがホームランを打つと、外野の間欠泉から花火が打ち上がる。
MAP P.62 H-5
所 2000 Gene Autry Way, Anaheim 交 LAダウンタウンから車で30分、ディズニーランドから車で5分 ☎ 714-940-2000

サンフランシスコ・ジャイアンツ
San Francisco Giants

ナショナル・リーグ西地区

メジャーリーグでも指折り数える名門球団

2012年と2014年を含め過去8回、ワールド・シリーズを制覇した、メジャーリーグ屈指の名門球団。リーグ優勝通算23回は、ナショナル・リーグ最多だ。同地区の強豪チームであるロサンゼルス・ドジャースとはライバル関係。強力な投手陣がチームを支える。

オラクルパーク
Oracle Park
レフト席後方の特大グローブや、コカコーラの瓶の中をいく大きな滑り台などが名物。
MAP P.98 H-3
所 24 Willie Mays Plaza, San Francisco 交 ミュニメトロE・N・T線King & 2nd駅からすぐ ☎ 415-972-2000

オークランド・アスレチックス
Oakland Athletics

アメリカン・リーグ西地区

若手選手が活躍する強豪球団

リーグ優勝15回、ワールド・チャンピオン9回を誇る強豪。低予算ながら若手の有望株や中堅選手を発掘、適材適所の補強が当たり、毎年のようにプレーオフに勝ち残る実力を持つ異色のチーム。

リングセントラル・コロシアム
RingCentral Coliseum
大リーグの球場の中ではファウルグラウンドが最も広いため、ホームランが出にくい。
MAP P.97 C-3
所 7000 Coliseum Way, Oakland 交 バート Coliseum/Oakland Int'l Airport駅からすぐ ☎ 510-638-4900

How To Enjoy! メジャーリーグの観戦マナー

1. セキュリティのため、バックパックや大きなバッグ、買い物袋などをスタジアムに持ち込むのは禁止。荷物は最小限にしよう。
2. スタジアム内にはビン・カン・ペットボトルなどの飲み物は持ち込み禁止。ほかの観客の迷惑になるような大きな垂れ幕も禁止だ。
3. 日本と異なり、笛や太鼓など音の出るものを使った応援は禁止されている。
4. ファンサービスの一環として、ファウルボールやホームランボールはキャッチすればもらえる。
5. スタジアム周辺はひと気のないところが多い。ナイトゲーム終了後は大勢の人と一緒に行動し、寄り道せずに帰ろう。おみやげショップは試合前に。

観戦チケットの入手方法

インターネットで

各チームの公式サイトで購入できる。支払いはクレジットカードのみ。購入が完了すると、入力したメールアドレスにメールが届く。そこに記載されている「View & Print Tickets」をクリックすると、QRコードなどが出てくる。それがチケットなのでプリントアウトして持っていくか、スマホの画面を見せればOKだ。当日はパスポートなどの写真付きID、申し込みに使用したクレジットカードも忘れずに。

ドジャース 公式サイト
URL losangeles.dodgers.mlb.com

エンゼルス公式サイト
URL losangeles.angels.mlb.com

ジャイアンツ公式サイト
URL sanfrancisco.giants.mlb.com

アスレチックス公式サイト
URL oakland.athletics.mlb.com

カリフォルニアでスポーツ

NBAバスケットボールを観戦したい

ロサンゼルス&サンフランシスコの3球団をチェック!

ロサンゼルス・クリッパーズ

Los Angeles Clippers

ロサンゼルスの人気チームに成長

ロサンゼルス・レイカーズの弟的存在で、以前、田臥勇太選手が日本人として初めてプロ契約したチームとして知られる。2011~2012年から2019年シーズンまでは、プレーオフに進出。近年では大型補強を行い、戦力をアップしており、徐々に実力を付けてきている。

本拠地

ステイプルズ・センター
Staples Center

試合のゲートオープンは、始まる1時間前ぐらいが目安となる。必見はオープニングの90秒間に流される選手紹介のビデオ。

MAP P.66 E-3

所1111 S. Figueroa St, Los Angeles 交メトロ・レッドライン/パープルライン7th St/Metro Center駅から徒歩10~15分、メトロ・ブルーライン/エクスポラインPico駅から徒歩5~10分 ☎213-742-7100

ロサンゼルス・レイカーズ

Los Angeles Lakers

実力と人気を誇る名門チーム

NBAのレジェンドのマジック・ジョンソン、シャキール・オニールや故コービー・ブライアントほかの有名選手たちが、多数所属していた名門チーム。最長の連勝の記録を保持しており、NBAファイナルの優勝回数もボストン・セルティックスに次ぐ2位となっている。

本拠地

ステイプルズ・センター
Staples Center

コート全体を見たいなら最上階の席がおすすめ。地元の人も多く非常に盛り上がる席。選手たちのプレーを見たいなら1階席がよい。

MAP P.66 E-3

所1111 S. Figueroa St, Los Angeles 交メトロ・レッドライン/パープルライン7th St/Metro Center駅から徒歩10~15分、メトロ・ブルーライン/エクスポラインPico駅から徒歩5~10分 ☎213-742-7100

ゴールデンステート・ウォリアーズ

Golden State Warriors

「絶対王者」と西地区の呼ばれる強豪

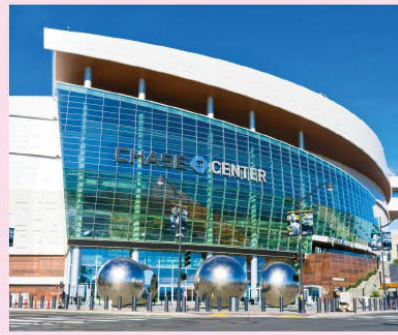
1975年にチーム史上3度目の優勝を果たすが、その後、長期低迷が続いた。しかし、2014-2015シーズンに入ると、若手の成長もあってアウェイゲームでも球団史上初となる10連勝を記録。40年ぶりに優勝して、快進撃の口火を切った。5年連続でファイナル進出。「絶対王者」と呼ばれる。

本拠地

チェイス・センター
Chase Center

2019年9月にサンフランシスコのミッション・ベイに完成。2019-2020年シーズンから、ゴールデンステート・ウォリアーズの本拠地となった。

MAP P.98 H-4

所1 Worriors Way, San Francisco 交ミュニメトロUCSF/Chase Centerからすぐ ☎877-479-7848

How To Enjoy! NBAの観戦マナー

1. セキュリティのため、バックパックや大きなバッグ、買い物袋などをスタジアムに持ち込むのは禁止。荷物は最小限にしよう。
2. 一眼レフなどプロフェッショナル用カメラ、ビデオカメラなどの持ち込みは禁止。試合中のフラッシュを使っての撮影は厳禁。
3. ノートパソコン、ICレコーダーなどの録音機具、ナイフなどは持ち込み禁止。

観戦チケットの入手方法

インターネットで

NBAチケットの購入方法はいくつかあるが、「Ticketmaster」を利用するのが便利。まずはTicketmasterの公式サイトのNBAのページに(www.ticketmaster.com/nba)アクセス。観たいチームを選んで、日にちや席を選択。購入が完了したら、パソコンからアクセスしている場合は「print Tickets」、スマホでアクセスしている場合は「QRコード」が表示される。あとは、それを持って会場に行くだけでOKだ。対戦カードにもよるが、NBAは人気のスポーツなのでチケットは早めに購入しておこう。

ゴールデンステート・ウォリアーズ公式サイト	URL www.nba.com/warriors/
ロサンゼルス・レイカーズ公式サイト	URL www.nba.com/lakers/
ロサンゼルス・クリッパーズ公式サイト	URL www.nba.com/clippers/

街ナカスポーツにチャレンジ!

Skateboard スケートボードにチャレンジ

初心者も上級者も
みんな、意外と真剣!

カリフォルニアではスケボーはとても身近な道具で、スーツを着てスケボーで通勤する人もいるくらい。若者にとっては、手軽な移動手段なのだ。みんなが楽しめるスケボーパークがいくつもあって、みんな熱心に上達を目指している。

スケボー

スケートボードは以下のところで体験してみることができる。

ベニス・ビーチ・スケートパーク
Venice Beach Skate Park
MAP P.67 A-3
所 1800 Ocean Front Walk, Venice

ストナー・スケートパーク
STONER SKATE PARK
MAP P.67 D-2
所 1835 Stoner Ave, Los Angeles

↑ベニス・ビーチ・スケートパークは初心者から上級者まで楽しめるパーク

Surfing サーフィンも楽しめる

カリフォルニアの海岸へ行くと、サーフィンをやっている人をよく見かける。サンタモニカのビーチなどでは、ウェアやボードのレンタルから初心者用のスクールを開いているショップもある。興味があれば、チャレンジしてみて。

南カリフォルニアの
サーフカルチャーに触れる

サーフィン

サーフィンは以下のところでチャレンジしてみることができる。

カポウイ・サーフクラブ
KAPOWUI SURF CLUB
URL www.kapowuisurfclub.com/

アロハブラザース・サーフ・レッスンズ
alohabrothers surf Lessons
URL www.alohabrothers.surf/

サンタモニカの海でサーフィンにトライ

Cycling 自転車でビーチを走ろう！

海風を受けて走るのはサイコーに気持ちいい

ロサンゼルスでもサンフランシスコでも、海辺をサイクリングしている人は多い。観光客用のレンタサイクル・ショップも多く、いろいろなタイプの自転車が揃っている。車もなく走りやすいので、時間があれば海辺のサイクリングを楽しもう。

サンタモニカのバイク・パス。気軽にサイクリングを楽しむことができる

ゴールデン・ゲート・ブリッジに向かう海岸通り

サイクリング

サイクリング用の自転車は以下のところで借りることができる。

サンタモニカ・バイク・レンタルズ
Santa Monica Bike Rentals
URL smbikerental.com/ MAP P.36／P.67 B-4

ブレイジング・サドルズ
Blazing Saddles
URL blazingsaddles.com MAP P.74／P.100 G-1

Yoga ヨガでローカル気分

健康志向派が多いカリフォルニアでは、ヨガも盛ん。ビーチや公園でヨガ・レッスンを行っているシーンも珍しくない。サンフランシスコにできたセールスフォース公園でも、自由に参加できるヨガ・レッスンがある。ローカル気分で参加してみよう。

アウトドアで行うヨガは自然と一体になった気分

サンタモニカのビーチで行われるヨガ・レッスン

ヨガ

以下のところでは、誰でも参加することができるヨガ・レッスンを開催している。

ビーチヨガ・ソーカル
Beach Yoga SoCal1
URL www.beachyogasocal.com/

セールスフォース・トランジット・センター
Salesforce Transit Center
URL salesforcetransitcenter.com/ MAP P.100 H-4

ELES ゼルス

1ハリウッドの見どころウォーク・オブ・フェイム　2LAで一番古い歴史を持つファーマーズ・マーケット
3LA観光のハイライトのひとつロデオ・ドライブ

Let's Check! まずはエリアを把握しよう!

Los Angeles Area

G ウエスト・ハリウッド

West Hollywood

有名なライブハウスやおしゃれなクラブ、バーが集まる一大夜遊びスポット

H ハリウッド

Hollywood

LA随一の観光スポット。世界中の観光客が訪れる。映画関連の歴史ある建物や劇場が多い

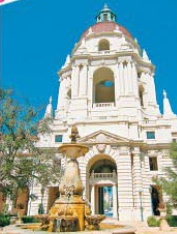
A パサデナ

Pasadena

歴史ある建造物も多く落ち着いた趣ある街

F ウエストウッド

Westwood

閑静な住宅地に囲まれた、広大なUCLAのキャンパスと、学生でにぎわう街

B ダウンタウン

Downtown

話題のスポットが続々誕生する注目タウン

E サンタモニカ

Santa Monica

有名な観光地サンタモニカ・ピアがあり、ショッピングや食事を楽しめるスポットが多い

D ビバリーヒルズ

Beverly Hills

LA屈指の高級住宅地として知られるセレブの街

C メルローズ&ミッド・ウィルシャー

Melrose & Mid Wilshire

ミッド・ウィルシャーにはファーマーズ・マーケット、グローブや、美術館がある。メルローズはヒップなショップが集まる街

いろいろな楽しみが見つかるエンタメシティ

ロサンゼルス

セレブ御用達の最旬ショッピングスポット、映画の街ハリウッド、ローカルに混じって遊べるビーチタウンと、個性的な街が点在する。青い空と降り注ぐ明るい陽光のもと、心ゆくまでロサンゼルスを楽しもう。

LOS ANG
ロサン

4観光に便利なバス、ホップオン・ホップオフ 5ドジャー・スタジアムはロサンゼルス・ドジャーズのホームグランド 6ハリウッド&ハイランドのバビロン・コート

Let's Enjoy!
テーマパークも外せない

アナハイム
Anaheim

本場のテーマパークは絶対に行って見たい。世界で最初のディズニーランドのディズニーランド・パークと、隣接するディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークはマストGO!

MAP P.62 H-5 →詳細はP.24

ディズニーランド・パーク　©Disney

注目! L.A. TOPICS

2020年年末オープン予定
アカデミーミュージアム
Academy Museum

2020年12月「アカデミーミュージアム」がオープンする。映画の技術、衣装デザイン、スターたちの契約書など映画に関するあらゆるものを展示。柿落しの企画展は宮崎駿展が行われる。

MAP P.64 E-4

詳細は URL academymuseum.org/en/

©Renzo Piano Building Workshop/ ©A.M.P.A.S./ Image from L'Autre Image)

人気のリノベスポット
ロウ DTLA
Row DTLA

1900年代初頭の建築の倉庫や工場をリノベーション。レストラン、ショップなどが集まる。毎週日曜日には、屋台フードが多数出店する。周辺には治安の悪い場所もあるので訪れる時には注意を。 MAP P.62 F-3

詳細は URL rowdtla.com/

©Katie Gibbs

フォトジェニックな街ロサンゼルス
アーツディストリクト
Arts District

ロサンゼルスには、フォトジェニックなスポットが満載。とくにダウンタウンLAの、アーツディストリクトに点在するウォールアートは有名で多くの人がスマホ片手にやって来る。引いたり寄ったりして自慢の1枚を撮ってみて。

MAP P.66 H-3

→詳細はP.20

ロサンゼルスで体験したいこと BEST6

ローカル女子イチオシのカップケーキ

定番のカップケーキ、LAで地元女子イチオシの店はどこ? 食べ比べしてみよう。

→詳細はP.47

体験したいこと! セレブ御用達のエリアをお散歩

LAのトレンド発信地のビバリーヒルズとロバートソン。セレブたちのお散歩コースを歩いちゃおう。

→詳細はP.34

体験したいこと! ビーチシティでローカル気分

地元の人たちのお気に入りのビーチでのんびりとロコに混じって過ごすのも楽しい経験。

→詳細はP.23

最旬おしゃれショッピング

セレブが通うセレクトショップやショッピングセンター。LAガールがごひいきのアウトレットで買い物三昧。

→詳細はP.48・54

エンタメの本場ハリウッドへGO!

テレビで見たアカデミー賞受賞会場や、あのスターの手形は絶対見に行きたい。

→詳細はP.32

オーガニックスーパーへ

オーガニックスーパーで安全安心、ヘルシーな食品やオーガニックコスメをGET!

→詳細はP.51

4泊6日モデルプラン

Model Plan @ Los Angeles!!

とにかく広いロサンゼルスは、移動の時間をなるべく節約して、エリアごとに観光することがおすすめ。名所、ショッピング、ディナーも楽しめるプランをご案内！

最新＆定番スポットをめぐる 王道プラン

1日目 ロサンゼルスに到着 ハリウッドからスタート

14:00 ハリウッド＆ハイランドを散策 ➡P.32

テーマパークみたいなショッピングモール

ロサンゼルスといえばハリウッド。旅の始まりはココから。さっそく世界中からきた観光客と一緒にテンションアップ！

16:00 TCLチャイニーズ・シアター＆ウォーク・オブ・フェイムへ ➡P.32・33

たくさんある手形・足形のなかから、好きなスターの手形・足形を探して。自分の手足と比べたり、写真を撮ったりしてみよう。

この人手足が案外小さい

18:00 マダム・タッソー・ハリウッドで憧れのスターと写真を撮る ➡P.33

本人そっくり。びっくりするくらい、精巧なスターたちのろう人形を多数展示。せっかくだから、横に並んでばちりと記念撮影を。

20:00 夜景を楽しみながらディナー ➡P.45

ディナーは、バーチで。ダウンタウンの高層ビル群の夜景を眺めながら、シェフの創作料理でおなかいっぱい。

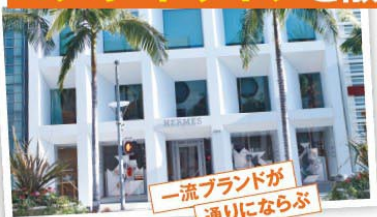
2日目 ビバリーヒルズとロバートソンでショッピング

08:00 ル・パン・コティディアンで朝食 ➡P.43

朝はヘルシーにオーガニック素材を使って焼く、種類豊富なパンが自慢のカフェで、ボリュームたっぷりの朝ごはん。

09:30 ビバリー・ガーデンズ・パーク ➡P.22

SNSにアップする写真を撮りに"BEVERLY HILLS"の看板へ。ここには逆三角の"BEVERLY HILLS"の看板もあり、人気の撮影ポイント。

10:30 ロデオ・ドライブを散策 ➡P.34

一流ブランドが通りにならぶ

ビバリーヒルズの名物ストリートでウィンドウショッピング。いかにもリッチそうな、街往く人たちのファッションを見るのもおもしろい。

13:00 ロバートソンをそぞろ歩き ➡P.35

有名セレクトショップやキットソンLAのような、個性的なショップが多いストリート。いろいろなショップに立ち寄って今のトレンドをキャッチ。

15:00 カップケーキ屋でひと休み ➡P.35・47

そろそろ歩き疲れるころ。ジョージタウン・カップケーキ ロサンゼルスでひと休み。糖分をチャージして夕方に備えよう。

程よい甘みで疲労回復

16:00 ビバリーセンターでショッピング ➡P.35

100店舗以上のブランドが入るビバリーセンターは、バスグッズで有名なボディ＆ワークスやステーショナリーショップも入っているのでおみやげ探しにも便利。

19:30 おしゃれなペルー料理屋へ ➡P.46

料理雑誌でも称賛される、有名シェフが腕を振るうロザリンでディナー。日本人の味覚にもぴったりなペルー料理に舌鼓。

シーフードも肉料理もおすすめ

4日目 旬のエリア ダウンタウンLAへ

09:00 グランド・セントラル・マーケットで朝食 ➡P.50

サンドイッチやエスニック系のショップも入っているので、好きな食べ物を買って腹ごしらえ。

10:00 エキゾチックなオルベラ・ストリート ➡P.21

メキシコへショートトリップした気分を味わえるオルベラ・ストリート。ショップのメキシコ風の雑貨もカワイイ。

12:00 アーツディストリクトを散策 ➡P.20

ウォール・アートの写真を撮りにアーツディストリクトへ。周囲にはカジュアルなレストラン、カフェもあるのでランチも。

14:00 話題のロウ DTLA ➡P.17

人気のロウ DTLAへ。古い建物の外観がおしゃれ。ショップやレストランなど話題のお店が集結しているので時間は余裕をもって。

レトロな雰囲気がとってもすてき

©Katie Gibbs

18:00 スターシェフのメキシコ料理店でディナー ➡P.46

ボーダーグリル・ダウンタウンLAはスターシェフのモダンなメキシコ料理が楽しめる店。セビチェはぜひ食べてみて。

P.20・21のテッパン遊びガイドも参考に

5日目 時間に余裕を持って ロサンゼルス空港へ

07:00 ホテルをチェックアウト

1day こちらもおすすめ アレンジプラン

ディズニーランド・リゾートへ!

8:00 ディズニーランド・パーク&ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク ➡P.25

最初にできたディズニーランド。ディズニーランド・リゾートの2つのテーマパークでめいっぱい遊びたい。

22:00

ディズニーランド・パーク

©Disney

3日目 サンタモニカ周辺のビーチシティを巡る1日

08:00 アース・カフェで朝食 ➡P.37

ロサンゼルスのオーガニックカフェの草分け、アース・カフェで地元の人たちに混じってゆっくりと朝ごはん。

09:00 朝のベニス・ビーチへ ➡P.23

昼間は観光客でにぎわうベニス・ビーチも、朝はスポーツをする人たちがほとんど。静かなベニス・ビーチ散策は、なかなかできないかも。

10:30 注目の街アボット・キーニー ➡P.37

コンパクトな街なので徒歩で回れる

サンタモニカの周辺エリアで注目を集め続ける街。個性的なブティックやショップ、カフェにワクワク。ゆっくり時間をかけて歩きたい。

12:30 ロコに人気のメイン・ストリート ➡P.37

メイン・ストリートも観光客は少なめ。街並みも落ち着いた感じなので、散歩気分で街歩き。

14:30 活気あるサンタモニカ・ピア ➡P.36

屈指の観光スポットのピア。先端にある遊園地で遊んだり、ピアにたくさんあるおみやげ屋を、のぞいたりしてみよう。

ここはルート66の終点だよ

ピアの先端にある観覧車が目印

16:30 サード・ストリート・プロムナードを散歩 ➡P.36

サンタモニカ観光で外せないのが、サード・ストリート・プロムナード。とくに週末はお祭りのよう。

18:30 話題のシーフードレストランでディナー ➡P.44

数あるシーフードレストランのなかでも、話題のヘリングボーン・サンタモニカ。新鮮なシーフードの料理の数々をお試しあれ。

本当にいい食材をそろえているよ

©Marie Buck Photography

Los Angeles ロサンゼルス テッパン遊びガイド3

ビギナーさんなら まずはココを押さえよう

ロサンゼルス観光はこれが王道!絶対に行ってみたい旬のスポット・ダウンタウンLAから、あこがれのセレブ・タウン、太陽サンサンのビーチシティまでをまとめて紹介。

テッパン遊び 1 ダウンタウンLA&ハリウッドをメトロで制覇

観光スポットへは レッド・ライン(Bライン)が便利

以前は治安の関係から敬遠されていた、ロサンゼルスのダウンタウンも、再開発が進みおしゃれなスポットも増えてきた。便利なメトロを使ってこの界隈を探訪してみよう。

巨大な壁をキャンバスにダイナミックなウォールアートが

注目タウンの観光には便利な地下鉄で

ダウンタウンは過去と現在が共存する街。近代的な高層ビルが建ち並ぶ一方で、ロサンゼルスの発祥の地、オルベラ・ストリートなどの歴史的なスポットも点在する。また、日本人にとっては、どこか懐かしい香りのする、リトルトーキョーがあるのもダウンタウンだ。ダウンタウンの観光は、便利なメトロ詳細は→P.60で効率的に回ってみよう。レッド・ライン(Bライン)を使えば、ダウンタウンからハリウッドまでもラクラク足を延ばせる。

メトロを使いこなして話題の観光スポットへ行ってみよう! START

SPOT 1 アーツディストリクト&リトルトーキョー Arts District & Little Tokyo

Little Tokyo/ Arts District下車

アーツディストリクトは、クオリティの高いウォールアートが多数ある撮影スポットで人気。写真をたっぷり撮った後は、リトルトーキョーへ。
MAP P.66 H-2/H-3

アーティストの力作が点在する

作品は抽象画から写実的なものまで。こちらをにらむ目がなんともリアル

リトルトーキョーは異国情緒と日本が混じった不思議な風景が広がる

BEST GUIDE ベストガイド

Los Angeles ロサンゼルス

SPOT 3 ブロード The Broad

Civic Center/Grand Park下車

エスカレーターから見える館内の内装もアート

斬新な作品がたくさん鑑賞できる

Photo by Mike Kelley, courtesy of The Broad

ニューヨークのハイラインの建築を手掛けた建築家が設計

ポップアートからコンテンポラリーアートまで、世界中の注目作家の作品を展示。リキテンスタインや日本人アーティストの草間彌生、村上隆らのコレクションもある。

所221 S. Grand Ave 交メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン) Civic Center/Grand Park駅から徒歩9分 ☎213-232-6200 L11:00～17:00(木・金曜～20:00、土曜10:00～20:00、日曜10:00～18:00) 休月曜 料無料 URL www.thebroad.org/ MAP P.66 G-2

SPOT 2 オルベラ・ストリート Olvera Street

Union Station下車

本格的なマリアッチの楽隊の演奏も聞ける

セニョリータ1曲いかが?

多くの観光客でいつもにぎやか

ダウンタウンは見どころばかり

ロサンゼルス発祥の地で、民芸店やレストランが軒を連ね、脇道には19世紀の建物が並ぶ。古い建築群などはエル・プエブロ・デ・ロサンゼルス州立歴史公園の一部でもある。

MAP P.66 H-1

工芸品やおみやげが並び、メキシコに旅行に来たよう

SPOT 4 ラストブック・ストア The Last Bookstore

Pershing Square駅

きれいだけれど不思議な光景の本たち

本のトンネルのほかにも店内にはユニークなディスプレイが

©The Last Bookstore

本のディスプレイの仕方がアーティスティックで、SNS映えするとロサンゼルスのなかで、もっとも人気のある書店。もちろん書籍の品揃えも豊富で、各種イベントも行なう。

所453 S Spring St 交メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン) Pershing Square駅から徒歩5分 ☎213-488-0599 L10:00～22:00(金・土曜～23:00) 休無休 URL lastbookstorela.com/ MAP P.66 G-2

SPOT 5 L.A.ライブ L.A. Live

7th St./Metro Center駅 Pico駅

ステイプルズ・センターはNBAのレイカーズやクリッパーズの本拠地

本場のバスケットを見に来て!

ダウンタウン再開発プロジェクトで早い時期に作られた複合施設。ステイプルズ・センターやマイクロソフト・シアター、グラミー博物館ほか、クラブ、飲食店、ホテルなどが入る。

交メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン) 7th St./Metro Center 駅から徒歩10～15分、メトロ・ブルーライン(Aライン)/エクスポライン(Eライン) Pico駅から徒歩5～10分

URL www.lalive.com/ MAP P.66 E-3

エンタメの発信地 遊べる施設もある

夜はライトアップされ夜遊びスポットに

ほかにもこんな路線が!

ハリウッドからメトロ・レッドライン(Bライン)に乗り足を延ばせばユニバーサル・スタジオ・ハリウッドへ。メトロ・エクスポライン(Eライン)を使えばカリフォルニア・サイエンス・センターに行ける。

カリフォルニア・サイエンス・センター California Science Center

実際に宇宙を旅したスペースシャトル・エンデバーが常設。エンデバーのトイレやキッチンも見学できる。

所700 Exposition Park Dr 交メトロ・エクスポライン(Eライン)Expo Park/USC駅から徒歩10分 ☎323-724-3623 L10:00～17:00 休無休 料無料(施設によっては有料、エンデバー見学$3で予約が望ましい) URL californiasciencecenter.org/ MAP P.62 E-4

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド Universal Studios Hollywood

映画がテーマの人気のテーマパークのひとつ。実際に撮影で使われたオープンセットなども見ることができる。

MAP P.63 D-1

→詳細はP.30

SPOT 6 ハリウッド Hollywood

Hollywood／Highland下車

本物そっくりのスターのろう人形に会える、マダム・タッソー

ロサンゼルス観光のメッカ・ハリウッド。TCLチャイニーズ・シアターやウォーク・オブ・フェイムが有名。映画をテーマにした複合施設ハリウッド&ハイランドもぜひ訪れて。

MAP P.64 G-2

巨大な門と真白い象がシンボル

正面に見える建物はバビロンゲート

ウォーク・オブ・フェイムのプレートは毎年増えている

多すぎて目当てが見つけられない

GOAL!

Beverly Hills & West Hollywood

テッパン遊び 2

絶対外せない ビバリーヒルズ&ウエスト・ハリウッド

背の高いパームツリーの街路樹が立ち並ぶ、高級住宅地ビバリーヒルズはロサンゼルスのなかでも、ひときわ雰囲気の違う別世界。

十分遊んだから帰りましょう

アメリカのお金持ちのすごさを実感

アメリカ人の夢を体現している街

ロサンゼルスの西側に位置するビバリーヒルズは、独自の行政機構と警察を持ち、治安のいい街としても知られる。パームツリーの街路樹の奥には、高級住宅地が広がり、豪華な邸宅を見学するツアーも組まれている。また、一流店が軒を連ねるロデオ・ドライブもこの街だ。東に隣接するウエスト・ハリウッドは、ヴァイパー・ルーム、ウイスキー・ア・ゴーゴーといったクラブやライブハウスなどがあり、ロサンゼルスの一大夜遊びスポットとして有名。

SPOT 1 建物の美しさとスケールに感嘆 ハリウッドセレブの邸宅ツアー
Hollywood Celebrity Homes Tour

家が記された地図も売っているくらい、スターが住居を構えていることで有名。見学ツアーに参加して彼らの豪邸を見てみよう。

→詳細はP.34

SPOT 2 LA随一の高級ショッピングゾーン ロデオ・ドライブ
Rodeo Drive

街を運行するトロリーもあるよ

一流店が立ち並び数多くの映画にも登場するロデオ・ドライブ。訪れたときに既視感を覚える人も多いかも。散策してリッチな街の雰囲気を楽しんで。

MAP P.65 B-1

→詳細はP.34

各ブランドの建物やウィンドウ・ディスプレイを見るのも楽しい

SPOT 3 スターの隠れ家ホテル ザ・ビバリーヒルズ・ホテル
The Beverly Hills Hotel

住宅地のなかにある1912年に開業した老舗ホテル。イーグルスのホテル・カリフォルニアのレコードジャケットになったことでも有名。オレンジ色の夕日に映し出される姿は美しく、写真映えすること間違いなし。

所 9641 Sunset Blvd ☎310-276-2251 交 トゥー・ロデオから車で8分 MAP P.65 B-3

ホテルの外観の壁がピンクであることから愛称はピンクパレス

SPOT 4 撮影ポイントはココ! ビバリー・ガーデンズ・パーク
Beverly Gardens Park

ビバリーヒルズにある広大な公園。"Beverly Hills"のサインはロデオ・ドライブまたはビバリー・ドライブと交差するサンタモニカ・ブールバード渡った公園正面に位置する。

MAP P.65 C-4

サインボードは通りに面した公園の真ん中あたりにある

SPOT 5 夜遊びスポットはココでしょう ウエスト・ハリウッド
West Hollywood

旬のショップやカフェなどもあり昼間も十分楽しめるが賑わうのは夜。ロサンゼルスを代表するクラブ、ライブハウスやバーが多く、夜遊び好きの人やセレブたちが集まって来る。

MAP P.64 E-2

巨大サインボードがシンボル、サンセット・ストリップ

セレブたちが出没することでも知られるクラブが多い

ここはLGBTにも優しい街なの

テッパン遊び 3

カリフォルニアを感じる ビーチベスト4

Beaches

長いコーストラインを持つロサンゼルスのエリアは、多くの美しいビーチに恵まれている。そのなかでもおすすめの4つのビーチを紹介。

旅行中の1日はビーチでまったり

青い空、延々と伸びる海岸線。ロサンゼルスの人々にとって、ビーチは気楽な娯楽の場。平日は静かだった浜辺も、休日には多くの人が遊びにくる。それぞれのビーチには個性があり、人々の楽しみ方も異なるのも面白いところ。各ビーチをはしごしてみるのもよし、ひとつのビーチでゆっくりと過ごすのもよし、1日ぐらいは街なかではない、ロサンゼルスを見てみるのもおすすめだ。

1 セレブ指数No.1 マリブ・ビーチ Malibu Beach

ビーチ沿いにはおしゃれなカフェやレストランもたくさんある

地元の人たちの気軽な遊び場で家族連れが多い

サンタモニカから車でやや北上すること20分ほど、海岸沿いには豪華な邸宅が建ち並ぶ。地元の人たちに混じってのんびり日光浴するのには最高のビーチ。 MAP P.62 F-4

2 知名度No.1 サンタモニカ・ビーチ Santa Monica Beach

ウィークエンドには遊びに来るよ

サンタモニカ・ピアを中心に、南北に広がるロサンゼルス周辺のビーチでは一番有名。レンタサイクルの店もあるので、自転車でビーチ沿いを走るのも楽しい。 MAP P.67 A-1

バイクパスを走れば自転車でマリナ・デル・レイまで行ける

絶叫マシンはないけれど大人も子どもも楽しめるピアの遊園地

3 アクティブビーチNo.1 ベニス・ビーチ Venice Beach

毎日にぎやかなボードウォークにはおみやげ物屋が並ぶ

別名マッスルビーチ。名物は屋外に設置された、トレーニングマシーンで鍛えている筋肉ムキムキの人たち。大きなスケボーパークもあるスポーティなビーチ。 MAP P.67 A-2

4 ローカル率No.1 マンハッタン・ビーチ Manhattan Beach

マンハッタン・ビーチ・ブールバード沿いにはショップが集まる

浜辺の風が気持ちいい

マンハッタン・ビーチはサーフィンでも有名。サーフィンの大会も開催される

ビーチ沿いには芸能人やスポーツ選手の邸宅も並ぶ。おしゃれなカフェやレストラン、ショップがあり、訪れるのはほとんどが地元の人たち。観光地化されていない落ちついた雰囲気のビーチシティ。 MAP P.62 G-5

有名なキャラにも会えちゃう!

テーマパークに行こう!!

ぜひとも行ってみたいのが本家のテーマパーク。さまざまなアトラクションや、洗練されたダイナミックなショーは本場ならでは、存分に遊び尽くそう。

まずは

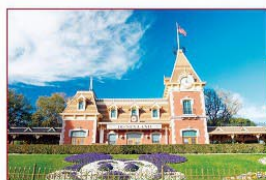
南カリフォルニアのテーマパークの場所を把握!!

本物の映画の世界にどっぷり

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド

Universal Studios Hollywood™

ユニバーサル映画の撮影用のスタジオやオープンセットがある、広大な敷地の一部がテーマパークになっている。目玉は実際のオープンセットを回るツアー、「ここならでは」の体験ができる。

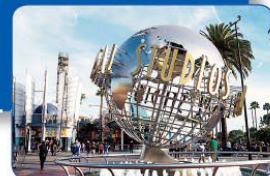
主要エリアから車でのアクセス
ロサンゼルス空港から約35分、ダウンタウンから約15分、ビバリーヒルズから約20分、サンタモニカから約30分

©Disney

世界で一番有名な夢の国へ

ディズニーランド・リゾート

Disneyland Resort

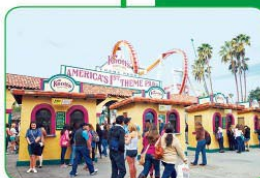
言わずと知れた世界的に有名なテーマパーク。リゾート内には2つのパークと、ショッピング・モール、直営ホテルがある。定番の観光スポットであり、いつも世界中から来る観光客であふれている。

主要エリアから車でのアクセス
ロサンゼルス空港から約40分、ダウンタウンから約35分、ビバリーヒルズから約50分、サンタモニカから約50分

スヌーピーたちに会える!

ナッツベリー・ファーム

Knott's Berry Farm

ほのぼのとしたスヌーピーに会える、キャンプ・スヌーピーや、西部開拓時代を再現した「ゴーストタウン」がある一方、絶叫マシンも充実。懐かしさと新しさが混在する多彩なパーク。

主要エリアから車でのアクセス
ロサンゼルス空港から約35分、ダウンタウンから約30分、ビバリーヒルズから約50分、サンタモニカから約45分

2つのテーマパークでがっつり遊ぶ

ディズニーランド・リゾート

Disneyland Resort

ディズニーランド・リゾートは、ディズニーランド・パーク、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークと、3つの直営ホテル、ショッピングモールのダウンタウン・ディズニーからなる一大リゾート。1日で遊び尽くすことはできないので、隣接する直営ホテルに宿泊し、2～3日かけてじっくりと遊ぶのがおすすめだ。

←ウォルト・ディズニーとミッキーの銅像が迎えてくれる

Information

アクセス

LAダウンタウンから5号を南下し、Ball Rd 方面Disneyland Drで降りてすぐ。所要約35分。または5号を南下、710号に乗り換え南下、91号を西に向かい5号に戻りBall Rd方面Disneyland Drで降りる。所要時間40分

所 1313 Harbor Blvd. Anaheim
☎ 714-781-4565
L 8:00～24:00（曜日、季節により変動するので事前にチェックを）
休 無休　URL www.disneyland.jp
MAP P.62 H-5

チケット

	1パーク	パークホッパー
1日券	$104～	$159～
2日券	$235	$290
3日券/MM付	$310	$365
4日券/MM付	$340	$395
5日券/MM付	$360	$415

*1日券は入園日により価格が変動。3日券以上にはマジック・モーニング（MM）が付き、火・木・土曜日のうち1日だけ営業時間1時間前にディズニーランド・パークに入園できる。チケットはオンラインの公式ページから購入できる。

楽しさ200%UP知っとく情報

キャラクター・ダイニングは出発前に予約を

3つの直営ホテルとディズニーランド・パークには、ディズニーのキャラクターが登場し、各テーブルを回ってグリーティングしてくれるキャラクター・ダイニングがある。いずれも人気が高いレストランなので早めに予約をしておこう。60日前から公式ウェブ上で、または電話での予約が可能だ。☎714-781-3463

PhotoPassでオリジナルグッズを

Disney PhotoPass®にパーク内で専属カメラマンが撮ったベストショットを保存。写真はオンライン購入ができ、その写真でオリジナルグッズも作れる。URL www.DisneyPhotoPass.comで事前登録が必要。カードは当日カメラマンにもらって。

直営ホテル宿泊メリットベスト3

宿泊客が対象のエクストラマジックアワーの特典で、一般客よりパークへ1時間早く入れる（曜日指定あり）。ミッキーからモーニングコールがもらえるなど宿泊するとメリット多数。

コインロッカーを利用しよう

おみやげやグッズを買って荷物が増えたら、園内にあるコインロッカーに預けよう。ロッカーの場所はディズニーランド・パークはエントランスを入って右手、Main St Cinema近く。アベンチャー・パークはエントランスを入って右手すぐ、Mortimer's Market近く。

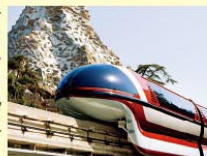
キャラクターのサインを集めよう

ミッキーやミニーなど、ディズニーランド・パークとディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークにいるキャラクターのサインをもらおう。声をかければ気軽にサインしてくれる。各キャラクターの登場時間や場所は、ゲストリレーションズのスケジュール表で調べられる。

MaxPassでファストパスをゲット

マックスパスを使えば入園後に、アプリに接続してスマホで、アトラクションやショーのファストパスが発券所に行かなくても取得できる。また、PhotoPassのダウンロードも無制限。料金は$20で、公式アプリのダウンロードが必要。

リゾート内移動はモノレールとトラムで

駐車場からメインゲートへはトラムで。ダウンタウン・ディズニーとディズニーランド・パーク間はモノレールで移動、入場券があればそのまま入園可。

ファストパスを駆使しよう

対象の各アトラクションの前の発券機に入場券を入れて発行。指定された時間にアトラクションの専用入り口から優先的に入場でき、パークを効率良く回れる。

Disneyland Park
ディズニーランド・パーク

「眠れる森の美女の城」の前でミッキーとミニーがお出迎え

ハイレベルな本場のエンタメは必見!

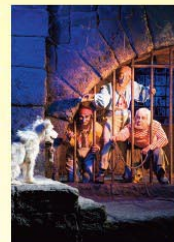
世界で最初のディズニーランド。創設者のウォルト・ディズニーが自ら構想を描き指揮を取って完成したパーク。ここでしか味わえない雰囲気やオリジナルアトラクションも。

Mustライドのアトラクション

ニューオーリンズ・スクエア

B カリブの海賊
Pirates of the Caribbean

ジャック・スパロウも登場

ジャック・スパロウやバルボッサも登場。本物そっくりの海賊たちの動きや表情に、音響効果や演出が加わり感動的なアドベンチャーに。

ファンタジーランド

A マッターホーン・ボブスレー
ココだけ

Matterhorn Bobsleds

どきどきのスリルの連続

ボブスレーに乗って、スイスのマッターホルンの雪山を高速滑走。途中、雪男と遭遇したり谷底に転落したり、スリル満点の人気のライド。

ミッキーのトゥーンタウン

C ミッキーの家とミート&グリート:ミッキー
Mickey's House and Meet Mickey

ミッキーのいるハッピータウン

ディズニーのおなじみのキャラクターたちが住む街。奥のスタジオでは映画撮影中のミッキーにも会える。

New!

G スター・ウォーズ:ギャラクシーズ・エッジ
Star Wars: Galaxy's Edge

スター・ウォーズの世界を再現した新テーマランド「スター・ウォーズ:ギャラクシーズ・エッジ」。惑星バトゥーの入植地を完璧に再現するなど、スター・ウォーズファンならぜひとも体験したいアトラクションばかり。

エンタメはこれが必見!

パレード

New!

マジック・ハプンズ
Magic Happens

デイタイムに行われる新パレード

ディズニーキャラクターや、ディズニー映画のキャラクターが華やかな9台のフロートに乗って繰り広げる新パレード。先導するのはもちろんミッキー。15:30と18:00の2回。

ファンタジーランド

D ミッキー・アンド・ザ・マジカル・マップ
Mickey and the Magical Map

迫力のライブショー

見習い魔法使いミッキーが、冒険の世界に飛び出し、大勢のディズニーキャラクターと出会う。上映時間は約23分。本格的ショーが楽しめる。

フロンティアランド

E ファンタズミック
Fantasmic Fast Pass

ファンタスティックな体験を

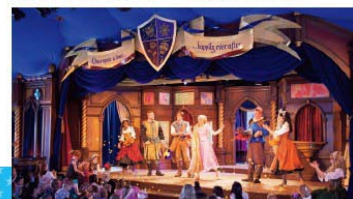
花火や炎、噴水や音楽などを駆使した派手で豪華な演出は感動もの。主役のミッキーやディズニーの人気キャラクターが大活躍。

ファンタジーランド

F ファンタジー・フェア
ココだけ

Fantasy Faire

歴代プリンセスに会える

女の子があこがれるシンデレラ、ラプンツェル、オーロラ姫に会える。また、ディズニーのプリンセスたちのドレスやアクセサリーも購入ができる。

Disney California Adventure Park
ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク

観覧車からはディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークの絶景が見られる ©Disney/Pixar

楽しいアトラクションがいっぱい

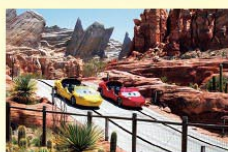
ハリウッドの黄金時代や、ゴールドラッシュの西部開拓時代、カリフォルニアをテーマに、ディズニーで唯一カリフォルニアの魅力を体感!

Mustライドのアトラクション

A ラジエーター・スプリングス・レーサー
カーズランド ココだけ
Radiator Springs Racers Fast Pass

©Disney／Pixar

スリル感抜群のレース体験

カーズランドの敷地半分を占める。リゾート最大のアトラクション、時速約65kmで疾走。映画の世界にいるような迫力あるレース展開が楽しめる。

B グリズリー・リバー・ラン
グリズリー・ピーク ココだけ
Grizzly River Run Fast Pass

びしょ濡れ覚悟で

８人乗りのラフトに乗って、グリズリー・ピークから激流を下るアトラクション。かなりびしょ濡れになるので覚悟を。荷物はロッカーへ。

C インクレディコースター
ピクサー・ピア ココだけ
Incredicoaster Fast Pass

スリリングな絶叫マシン

ディズニー映画の『Mr.インクレディブル』のファミリーが登場。激しく上下したり回転したりとスリル満点のコースター。トンネルのなかにファミリーがいるなどさまざまな仕掛けが満載。

©Disney／Pixar

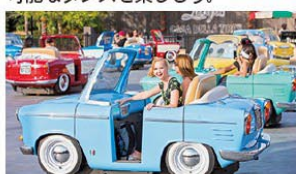
注目! ピクサー・ピア

©Disney/Pixar

ピクサー映画の世界観が楽しめるピクサー・ピア。インクレディコースターとピクサー・パル・ア・ラウンドがおすすめ。

D ルイジのローリッキン・ロードスター
カーズランド ココだけ
Luigi's Rollickin' Roadsters

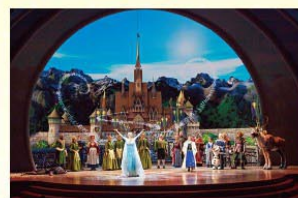
ルイジといとこが勢ぞろい

ミニチュア版のイタリアンロードスターに乗って、ルイジたちと予測不可能なダンスを楽しもう。

©Disney／Pixar

エンタメはこれが必見!

E アナと雪の女王:ライブ・アット・ザ・ハイペリオン
ハリウッドランド ココだけ
Frozen – Live at the Hyperion

映画の名シーンが目の前に

大人気映画『アナと雪の女王』がテーマのショー。美しいコスチュームと最新のエフェクトを駆使した、映画のシーンが楽しめる。劇場ならではの迫力を体験！

F ワールド・オブ・カラー
パラダイス・ガーデンズ・パーク ココだけ
World of Color Fast Pass

息をのむ美しさの感激

世界最大のウォータースクリーンに映し出される、ディズニーアニメーションのキャラクターたちは圧巻。上映時間は約25分。

食べる! 買う! 見て楽しむ!

ダウンタウン・ディズニー
Downtown Disney

ショップやレストラン、バー、ライブハウス、映画館が集まる屋外型モール。夜遅くまで開いているので、パークを楽しんだあとにショッピングをしたり、食事をしたりして楽しめる。

注目レストラン&ショップ

本格的南イタリア料理を提供

ナポリ・リストランテ&バー
Naples Ristorante e Bar

南イタリア料理の店。小麦はイタリアから輸入、モツァレラは自家製。薄いクラストのナポリ風ピザが自慢。

☎714-776-6200 L11:00～16:00、17:00～22:30(金・土曜～23:00) 休無休 料$15～ カードV、M、A

雰囲気はフレンチクォーター

ラルフ・ブレナンズ・ジャズ・キッチン
Ralph Brennan's Jazz Kitchen®

本格的なニューオーリンズ料理とジャズの生演奏が楽しめるレストラン。バラエティに富むメニューが自慢。

☎714-776-5200 L11:00～22:00(金・土曜～23:00、日曜11:00～15:00、16:00～) 休無休 料$15～ カードV、M、A

ワールド・オブ・ディズニー
World of Disney®

広大な店内にグッズがあふれる

アパレルからアクセ、キッチン用品、ぬいぐるみ、お菓子とディズニーグッズは何でも揃う。時間に余裕をもってゆっくり見たい。

L8:00～23:00(金～日曜～翌1:00) 休無休 カードV、M、A、J

ディズニーならではのお楽しみ おすすめダイニング

ディズニーランド・パーク

メインストリートUSA

プラザ・イン
Plaza Inn

ミニーと朝ごはん

朝はキャラクターたちと、ビュッフェスタイルのブレックファストが楽しめるダイニング。ミッキー型のワッフルが人気。

ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク

ピクサー・ピア

ランプライト・ラウンジ
Lamplight Lounge

ピクサーの世界を満喫

ピクサーの映画やキャラクターをモチーフにしたインテリアも楽しい。カリフォルニア料理の人気レストラン。

直営ホテルでディズニー三昧

思う存分ディズニーランドを味わうなら直営ホテルへ。

ディズニー・パラダイス・ピア・ホテル
Disney's Paradise Pier Hotel MAP P.62 H-5

「明るく陽気」がテーマ

カリフォルニア・アドベンチャー・パークを一望。開放的で明るい客室はインテリアにもディズニーらしさが漂よい、気分が盛り上がる。

キャラクター・ダイニング
ディズニーPCHグリル(ドナルドと仲間たち)

所1717 S. Disneyland Dr 交ディズニーランド・パーク、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークへ徒歩10～15分 ☎714-999-0990 室489室 カードV、M、A、J URLwww.disneyland.jp

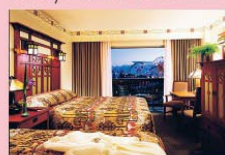
ディズニーランド・ホテル
Disneyland Hotel MAP P.62 H-5

レトロな雰囲気がステキ

1950年代の開園当時のレトロな雰囲気、クラシック・ディズニーの芸術に出会える。客室内あるミッキー形の設備やインテリアも楽しい。

キャラクター・ダイニング
グーフィーズ・キッチン(グーフィーと仲間たち)

所1150 W. Magic Way 交ディズニーランド・パーク、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークへ徒歩10～15分 ☎714-778-6600 室973室 カードV、M、A、J URLwww.disneyland.jp

ディズニー・グランド・カリフォルニアン・ホテル&スパ
Disney's Grand Californian Hotel & Spa MAP P.62 H-5

ビクトリア調の優美なホテル

カリフォルニアの雄大な自然美と、20世紀初頭のクラフツマンスタイルが調和した美しいホテル。評判のマンダラスパでリラックスを。

キャラクター・ダイニング
ストーリーテラー・カフェ(ミッキーと仲間たち)

所1600 S. Disneyland Dr 交ディズニーランド・パークへ徒歩5分～10分、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークへ徒歩5分 ☎714-635-2300 室948室 カードV、M、A、J URLwww.disneyland.jp

Knott's Berry Farm スヌーピーファンの聖地

ナッツベリー・ファーム

子ども用アトラクションも多数ある

開園直後は入り口でスヌーピーと写真が撮れる

1920年代、ナット夫妻が自分の農園にジャムを買いに来る人を楽しませるために、娯楽施設を作った事が始まり。1983年にスヌーピーほかピーナッツの仲間たちが加わった。スヌーピーと仲間たちが出迎えてくれるキャンプ・スヌーピーは大人気。また絶叫マシンも多く、多彩な魅力を持ったテーマパークだ。

Information

アクセス

ダウンタウンからメトロバス460番で約1時間半。またはメトロリンク・オレンジ・カウンティラインでブエナパーク駅下車、車で10分。

LAダウンタウンからSanta Ana Fwy5号を南下、Beach Blvd出口で降り南に約3km。所要時間約30分。

チケット

1日パス $84～

MAP P.62 H-5

所 8039 Beach Blvd Buena Park ☎714-220-5200 🕒10:00～20:00（季節により変更あり、ウェブで要確認） 休 無休 カード V、M、A URL www.knotts.com

＊並ばずにアトラクションに乗れるファストレーンパス$80もある（入園料別途）

ランチ&ショッピングなら

カリフォルニア・マーケットプレイス

California Marketplace

ナッツベリー・ファームに隣接する施設。レストランやおみやげ物屋が軒を連ねる。

ランチボックスのフライドチキン

G ミセス・ナッツ・チキンディナー・レストラン

Mrs. Knott's Chicken Dinner Restaurant

名物のフライドチキン!

フライドチキンは、パークの開業当時からレストランの人気メニュー。テイクアウトもできるので、ぜひ試してみて。

☎714-220-5055 🕒11:00～21:00（土曜8:00～22:00、日曜8:00～） 休 無休 カード V、M、A

H ピーナッツ・ヘッドクォーターズ

Snoopy Headquarters

スヌーピーグッズはここで!

スヌーピーとピーナッツの仲間たちのキャラグッズが豊富にそろう。ここならではの商品もあり、ファンなら欲しい物ばかり。

☎714-220-5185 🕒10:00～20:00（季節、曜日により異なる） 休 無休 カード V、M、A

直営ホテルも!

I ナッツベリー・ファーム・ホテル

Knott's Berry Farm Hotel

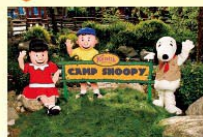
部屋にもスヌーピーがいる

遊園地の隣に位置しスヌーピーをテーマにした棟もある。チケットと組み合わせたお得なパッケージプランはおすすめ。

所 7675 Crescent Ave 交 ナッツベリー・ファームから徒歩10分 ☎714-995-1111 室 320室 料 $140～ カード V、M、A、J URL www.knotts.com/stay

スヌーピーはここで会える

B ピーナッツ・キャラクター・ミート&グリート

Peanuts Characters Meat & Greet　キャンプ・スヌーピー

スヌーピーとハグしよう

スヌーピーやピーナッツの仲間たちと、ハグしたり一緒に写真を撮れたりするエリア。子どもだけでなく元子どもの大人たちにも人気。

A キャンプ・スヌーピー・シアター

Camp Snoopy Theatre　キャンプ・スヌーピー

ピーナッツの仲間と楽しもう

ご存じピーナッツのチャーリー・ブラウンやルーシーたちの、歌と踊りが楽しめるシアター。終演後は一緒に写真も撮れる。

絶叫マシンも超スゴイ!

D ゴーストライダー

GhostRider®　ゴースト・タウン

ギシギシとレール音が轟く

木造の巨大ジェットコースターとしては、世界トップクラスの規模を誇る。全長1.4km、最高地点は35m。レール音が轟き怖さもピークに。

C ラ・レボリューション

La Revolucion　フィエスタ・ビレッジ

空中19.5mで回転し続ける

毎分9回転のスピードで回転し続けながら、空中で左右に120度揺れる迫力のあるブランコ。逆さ吊りで揺られ回転し続ける絶叫マシン。

E シルバーブレッド

Silver Bullet　ゴースト・タウン

繰り返される宙返りで絶叫

レールからつり下げられた、床のないサスペンデッドタイプのジェットコースター。足が付かないままの状態で6回の複雑な宙返りを。

F ソル・スピン

Sol Spin　フィエスタ・ビレッジ

予想できないスリルライド

ソル・スピン、高さはなんとビルの6階相当。6つのアームが回転すると同時に、主軸も回転や上下に動くという。いままで体験したことのないスリルが味わえる。

エントランス前にある地球儀型の噴水が、みんなを出迎えてくれる

ハリウッドムービーの世界を体感

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド

Universal Studios Hollywood™

もともとユニバーサル・スタジオの原点は、スタジオでの映画の撮影現場を公開したことにある。現在もユニバーサル・スタジオ・ハリウッドに隣接する広大な敷地には、映画やテレビの撮影用のスタジオやオープンセットがある。まさに映画の世界にどっぷり浸れることができるテーマパークだ。

➡アッパー・ロットとロウワー・ロットを結ぶエスカレーター

ハリウッド映画の世界へ、ようこそ!

⬆赤いジュータンの上を歩いて映画の国へ

Information

アクセス

LAダウンタウンからメトロ・レッドライン(Bライン)を利用してUniversal City駅で下車。駅からシャトルバスで5分。

ハリウッドのドルビー・シアター前からハリウッド-ユニバーサル・シャトルで30分

LAダウンタウンから101号を北上し、Universal Studios Blvdを降りてすぐ。所要約15分

チケット

1日パス **$109～**
ユニバーサル・エクスプレス **$169～**

ユニバーサル・エクスプレスはすべてのアトラクションに各1回ずつ優先的に入場できる。

MAP P.63 D-1

所100 Universal City Plaza, Universal City ☎818-622-3801 🕓10:00～18:00（曜日、シーズンにより異なるので要確認） 休無休 URL www.universalstudioshollywood.com

Mustライドのアトラクション

A ロウアー・ロット

ジュラシック・ワールド・ザ・ライド

Jurassic World-The Ride

恐竜のリアルな動きに驚愕

ボートに乗り、リアルで巨大な恐竜たちが住む、ジュラ紀のジャングルを探検。

F ロウアー・ロット

トランスフォーマー・ザ・ライド3D

Transformers™: The Ride-3D

人気No.1のアトラクション

人気のトランスフォーマーのアトラクション。オートボッツとメガトロンの銀河系での戦いに参加できる。最新の体感効果と特殊効果を駆使している。

E アッパー・ロット

カンフーパンダ

DreamWorks Theatre Featuring Kung Fu Panda

マルチ感覚アトラクション

最新の視覚効果と室内プロジェクションマッピングが五感を刺激するドリームワークス劇場のカンフーパンダ。アクションシーンに参加しているような錯覚に。

B アッパー・ロット

ウィザーディング・ワールド・オブ・ハリー・ポッター™

The Wizarding World of Harry Potter™

ハリー・ポッターの世界が楽しめる

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド初の屋外型コースター「フライト・オブ・ザ・ヒッポグリフ™」が登場。また「三本の箒™」や「ホッグズ・ヘッド・パブ」でバタービール™なども楽しめる。

C アッパー・ロット

ディスピカブル・ミー・ミニオン・メイハム

Despicable Me Minion Mayhem

ミニオンたちと冒険しよう

3Dアニメ『怪盗グルーの月泥棒』をテーマにした大人気アトラクション。グルー、グルーの娘、ミニオンが活躍する。

シンプソンズ一家と記念撮影しよっ!

D アッパー・ロット

ウォーキング・デッド・アトラクション

The Walking Dead Attraction

この恐怖に耐えられる?

人気テレビシリーズ・ウォーキング・デッドのスリリングな世界観をリアルに再現。

本物が見られる

ここにしかないスタジオツアーはMUST!

専用のトラムでスタジオを回るよ

迫力ある映画のワンシーンが体験できる（イメージ）

トラムに乗ってユニバーサル・スタジオの映画の撮影所を見学するツアー。映画やテレビドラマなどで、実際に使われているオープンセットや、スタジオをガイドのユーモラスな解説とともに見て周る。もちろん仕掛けも満載。圧巻はキングコング360 3DのTレックスとキングコングの戦い。人気のあるアトラクションなので午前中がおすすめ。

VIPエクスペリエンスもおすすめ

一般公開していない場所の見学、ショーの席の確保や優先的にアトラクションにも乗れる。朝食、豪華なランチ付き。1人$349～申し込みはウエブまたは専用電話へ。☎818-622-8477

こんな映画の実物の現場が見られる!!

- 宇宙戦争
- ジョーズ
- サイコ
- キングコング 360 3-D

あの「ジョーズ」の恐怖を再び！

必見のショーはこちら

アッパー・ロット

G ウォーターワールド
WaterWorld®

同名映画のショーをライブで

USHでも人気のショー。大量の火薬を使った大迫力の爆発シーンや、迫力あるスタント、アクションシーンは必見。所要時間20分。

アッパー・ロット

H ユニバーサル・アニマル・アクターズ
Universal's Animal Actors

動物たちが演じるライブショー

芸達者な動物たちが繰り広げるアニマルショー。年齢に関係なく、子どもから大人まで楽しめるファミリー向けエンターテインメント。

アッパー・ロット

I スペシャル・エフェクト・ショー
Special Effects Show

映画のメイキングをのぞき見!

ハリウッド映画の、最新の特殊効果のバックステージをのぞくことができる。実際に目の前で繰り広げられるショーに驚き！

園内ではさまざまなイベントが用意されている

Universal CityWalk 総合エンタメモール ユニバーサル・シティウォーク

国際色に富んだレストラン、ユニバーサル・スタジオのキャラクターグッズの店やアパレルショップ、映画館など60店舗以上が軒を連ねる。夜のイルミネーションも必見。

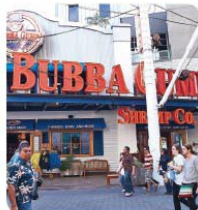
シティウォーク おすすめレストラン

夜遅くまで開いていて、ハンバーガーからエスニック料理まで何でも揃っている。

シティウォークで大人気

アイフライ・ハリウッド
iFLY Hollywood

3歳から103歳までの人たちが体験した、というインドア・スカイダイビング。下から吹き出る強風で手軽にスカイダイビングを疑似体験。

☎818-985-4359 営11:00～20:30（金・土曜～22:30）休無休 料$69.95
カードV、M、A
URL hollywood.iflyworld.com

映画のオマージュも

ババガンプ シュリンプ
Bubba Gump Shrimp

映画「フォレスト・ガンプ」をテーマにしたシーフードレストラン。店内の雰囲気もよく、とりわけエビ料理がおいしいと評判だ。

☎818-753-4867 営11:00～22:00（金・土曜～23:00）
休無休 料$15～ カードV、M
URL www.bubbagump.com/locations/hollywood/

ブラジル料理ならココ

サンバ・ブラジリアン・ステーキハウス
Samba Brazilian Steakhouse

伝統的なブラジル料理のお店。チキンやビーフ、ポークなどグリルしたさまざまな肉と、サラダバーで種類豊富な野菜が食べ放題。

☎818-763-0101 営11:00～21:00（金・土曜～23:00、日曜～22:00） 休無休 料$30～ カードV、M、A
URL www.sambahollywood.com

おみやげはここをチェック

大人気の怪盗グルーのミニオンのキャラグッズやスタジオグッズを手に入れよう。

ミニオンのぬいぐるみ。ミニオングッズはどれも人気

ユニバーサル・スタジオ・ストア
Universal Studio Store

ユニバーサル・スタジオのロゴ入りTシャツや、キャラクターグッズ、雑貨、菓子類など幅広いセレクションが揃っている。

☎818-622-8000 営11:00～17:30（曜日、季節により異なる）休無休

ポップでカラフル

ITシュガー
IT'SUGAR

ポップなTシャツや、カラフルなキャンディ、アクセやコスメなどがいっぱい。おもちゃ箱のような女子好みの楽しいショップ。

☎818-506-5184 営11:00～17:30（曜日、季節により異なる） 休無休

ミニオンの帽子を被って、ハイ、チーズ！

世界中の観光客が大集合

ハリウッド Hollywood

Los Angeles

ビギナーもリピーターもまずはココへ 注目タウンにGO!

王道観光スポット ハリウッドを歩く

ハリウッド観光は、ハリウッド&ハイランドを拠点にして、スタートするのが正解。まずは観光名所TCLチャイニーズ・シアターや、ドルビー・シアターを見学してから、さまざまな見どころが点在するハリウッド・ブールバードに沿って歩いてみよう。街なかには映画のキャラに扮した人や、芸能人のそっくりさんもたくさんいて、毎日がお祭り騒ぎのようだ。映画に縁が深い建物や、歩道にはめこまれたウォーク・オブ・フェイムをひとつずつ見て歩くのも楽しい。

ハリウッド観光の拠点

ハリウッド&ハイランド Hollywood&Highland

敷地内にモール、ホテル、TCLチャイニーズ・シアターやドルビー・シアターが入る巨大複合施設。

MAP P.66 E-4/P.33
所6801 Hollywood Blvd 交メトロ・レッドライン(Bライン)Hollywood/Highland駅からすぐ ☎323-467-6412 休無休 URL www.hollywoodandhighland.com/

ドルビー・シアター
バビロン・ゲート
ハイランド・アベニュー
ハリウッド・ブールバード
オレンジ・アベニュー
ウォークオブ・フェイム
TCLチャイニーズ・シアター

便利な観光バス「ホップオン・ホップオフ」はドルビー・シアター前からスタート!
→詳細はP.38

A TCLチャイニーズ・シアター TCL Chinese Theatre

大好きなスターの手形・足形を探してみよう

1927年オープンのハリウッドの顔、というべき老舗映画館。前庭には一流スターの証となる、本人たちの手形・足形とサインが刻み込まれたプレートが埋め込まれている。

MAP P.66 E-4/P.33
☎323-461-3331 L VIPツアー9:30~18:45(スケジュールとチケット購入はウェブから) 休不定期(イベントのある日は催行なし) 料$18 カードV.M.A URL www.tclchinesetheatres.com/

プレートは200以上、とにかく多いので目的のスターを見つけるのは一苦労

C バビロンゲート The Babylon Gate

ハリウッドサインを見るならここ!

ハリウッド&ハイランド内で目立つバビロンゲート

バビロンゲートの3階は、ハリウッドサインのビューポイント。若干小さくではあるが、多くの観光客が撮影にきている。大きく撮りたい人は、望遠機能がついているカメラを持っていって。

撮影ポイント!

遮る建物もなく、晴れた日にはハリウッドサインがよく見える。望遠鏡もあるのでズームインして見たい人は使ってみて

B ドルビー・シアター Dolby Theatre

スターたちにも負けないゴージャスな劇場

アカデミー賞授賞式の会場として有名。劇場内を見学できるツアーも組まれている。スターたちが使うバーや化粧室などのバックステージや、豪華な客席なども見学できる。

ドルビー・シアター正面。館内は最新の音響設備を備えている

MAP P.66 E-4/P.33
☎323-308-6300 L ガイド付きツアー10:30~16:00、30分ごとに出発 休不定期(イベントのある日は催行なし) カードV.M.A 料$25 URL dolbytheatre.com/

D フレンチ・クレープ・カンパニー The French Crêpe Company

ショッピングと観光の合い間にひと休み

甘めのデザート系やシーフード、ビーフ、野菜などの食事系クレープ、ワッフル、サンドイッチなどの軽食を提供。食事系のクレープにはサラダも付いてボリューミー。

一皿は比較的ボリューミー。テラス席からバビロンコートを見下ろせる

MAP P.66 E-4/P.33
☎323-960-0933 L 9:00~21:00(金・土曜~23:00、日曜~19:00) 休無休 カードV.M.A 料$12~ URL www.frenchcrepe.com

広大なロサンゼルスには、それぞれ特徴を持った街が点在し、訪れるたびに新たな発見がある。まずは、定番のタウンに繰りだそう。

1古さと新しさが入り混じるハリウッドの街並み
2ドルビー・シアターの前の道は観光客でにぎわう
3毎年増え続けるウォーク・オブ・フェイム

もっとエンタメ

スタジオ見学に出かけよう

本場の撮影スタジオは絶対行ってみたい。チケット購入はウェブから。

ソニー・ピクチャーズ・スタジオツアー

Sony Pictures Studios Tour

映画のシーンが目の前に

歴代の映画で使われたセットが並ぶ。ガイドの説明を聞きながら、歩いてスタジオを見学する。

カルバー・シティ MAP P.63 C-4

所10202 W. Washington Blvd 交トゥー・ロデオから車で11分 ☎310-244-8687 L9:30、10:30、13:30、14:30（所要2時間） 休土・日曜 料$50 URLwww.sonypicturesstudios.com

ワーナー・ブラザーズ・スタジオツアー

Warner Bros. Studio Tour

ハリーポッター関連の展示もある

トラムに乗って撮影現場を回るツアー。ハリーポッターの撮影で実際に使われた衣装なども見られる。

バーバンク MAP P.63 D-1

所3400 Warner Blvd 交メトロ・レッドライン（Bライン）Universal City/Studio City駅から車で4分 ☎818-977-8687 L8:30～15:30、30分ごとに出発（所要3時間） 休日曜 料$69～（所要5時間のデラックスツアーは$295） URLwww.wbstudiotour.com

パラマウント・ピクチャーズ・スタジオツアー

Paramount Pictures Studio Tour

正真正銘ハリウッドにある撮影所

カートで移動しながら、撮影現場ごとに降りて、映画の裏話などの説明も聞ける人気のツアー。

ハリウッド MAP P.64 H-3

所5515 Melrose Ave 交ハリウッド&ハイランドから車で12分 ☎323-956-1777 L9:00～15:30、30分ごとに出発（所要2時間、集合はツアーの30分前） 休無休 料$60～（所要4時間30分のVIPツアーは$189、平日のみ催行） URLwww.paramountstudiotour.com/

ハリウッド・ブールバード周辺

Hollywood Blvd

街を東西に走るハリウッド・ブールバードに沿って、見どころが点在する。いかにも観光地といった、ベタなおみやげ品を売る店も多い

E ハリウッドスターの壁画

Hollywood Murals-You Are the Star

街かどになじむスターたちの壁画

↑比較的大きな壁画でETやR2-D2なども描かれている

ハリウッドの撮影ポイントのひとつ。マリリン・モンロー、三船敏郎など往年のスターが描かれている壁画。1983年に描画されて以来、数回の補修作業が行なわれている。

P.66 G-5/P.33

所Hollywood BlvdとWilcox Aveの角

F マダム・タッソー・ハリウッド

Madame Tussauds Hollywood

完成度の高さに驚きのろう人形たち

オードリー・ヘップバーンやチャップリンから、テイラー・スウィフト、カイリー・ジェンナーまで多数の有名人の精巧な、ろう人形が展示されている。もちろん一緒に写真も撮れる。

MAP P.66 E-4/P.33

所6933 Hollywood Blvd ☎323-798-1670 L10:00～20:00 休日曜 料$19.99～ URLwww.madametussauds.com/hollywood/

→場所はハリウッド・ブールバード沿い、TCLチャイニーズ・シアターのお隣

↑ご存じジョニー・デップのろう人形、特徴をとらえている。

G ウォーク・オブ・フェイム

Hollywood Walk of Fame

足元にもスターたちの足跡が

歩道には、スターから裏方まで、さまざまなエンタメの分野で活躍した人のプレートがはめこまれている。じつはこれ、ハリウッドが衰退し始めたころ、商工会が発案したもの。

MAP P.66 F-4/P.33

所Hollywood BlvdのGower StとArgyle Aveの間 URLwww.walkoffame.com/

ハリウッドへのaccess:
メトロ・レッドライン(Bライン)Hollywood／Highland駅で下車。サンタモニカ、ビバリーヒルズからメトロ・ラピッド704番に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica Blvdでメトロバス217番かメトロ・ラピッド780番に乗り換え。

＼高級感ある美しい町並み／
ビバリーヒルズ＆ロバートソン・ブールバード
Beverly Hills & Robertson Blvd

セレブ感あふれるおしゃれスポット

ビバリーヒルズとロバートソン。隣接する2つの街には、洗練された高感度のセレクトショップやハイエンドの店が立ち並ぶ。
この地域は高級住宅地でもあり、女優やモデル、エンターテインメント業界で成功をおさめた人たちが、多数住むことでも知られている。有名なセレブたちが、ごひいきにしている店も多く、各店とも最旬を取り入れた、上質なファッションをそろえている。ウィンドウショッピング中に、意外な有名人に会えるかも。

B ロデオ・ドライブ＆トゥー・ロデオ
Rodeo Drive & Two Rodeo

世界中のハイブランドが集結するストリート

パームツリーの街路樹がカリフォルニアらしいロデオ・ドライブに対し、トゥー・ロデオは石畳のヨーロッパ風の街並み。高級感ある街の雰囲気を味わいに訪れる観光客も多い。

MAP P.65 B-1／P.34

所ロデオ・ドライブはウィルシャー・ブールバードとサンタモニカブールバードの間。トゥー・ロデオはロデオ・ドライブの東側に並行し、ウィルシャー・ブールバードとデイトン・ウェイの間

1ロデオ・ドライブでゆっくりショッピングするなら午前中がねらい目 2デイトン・ウェイに面するトゥー・ロデオは撮影ポイント

高級住宅地としても有名
ビバリーヒルズ
Beverly Hills

見どころはロデオ・ドライブを中心に広がるおしゃれでリッチな街並み。カフェのテラス席で道行く人を眺めながらランチもおすすめ。

↗ワイルドフォックスのTシャツとリネンのパンツ
↑夏にぴったりビビッドカラーのサンドレス
↑カラフルな色使いが多い

C プラネット・ブルー
Planet Blue

南カリフォルニアスタイルを提案

マリブに本店がある大人気のセレクトショップのビバリーヒルズ店。扱うブランド数は100以上。青い空の下で映えそうな、明るめの色のカジュアルウェアが豊富。

MAP P.65 B-1／P.34

所409 N. Beverly Dr ☎310-385-0557 営10:00 〜19:00（金・土曜〜20:00） 休無休 カードV、M、A URLwww.shopplanetblue.com

A アンド アザーストーリーズ
& other stories

着回しがきく実用的アイテムがそろう

ウェアから靴、小物、コスメまでがそろうセレクトショップ。リーズナブルな値段で、ちょっとおしゃれな普段着として使える実用的なアイテムが多い。

MAP P.65 B-1／P.34

所370 N. Beverly Dr ☎424-359-3218 営10:00 〜19:00（日曜11:00〜18:00） 休無休 カードV、M、A URLwww.stories.com/

↘恐竜の形のボタンがユニークなニットカーディガン$99
↓クロコダイルの型押しのミニバッグ$169
←パフショルダーがかわいいミディ丈のワンピース$119

周辺図 P.65
ハリウッド
ビバリーヒルズ ビジター・センター
バレリー ビバリーヒルズ
ファット・バーガー
セルフィッシュ
Bank of America
クレセント P.57
N. Santa Monica Blvd.
S.(Little) Santa Monica Blvd.
ペーリー センター
N. Beverly Dr.
N. Canon Dr.
Brighton Way
Church
サンタモニカ
クレート&バレル
ネートン・アル
アリス&オリビア
インターミックス
サン・ローラン
ラルフローレン
プラネット ブルー C
A アンド アザーストーリーズ
マックス・マーラ
ラコステ
B ロデオ・ドライブ
ジョルジオ・アルマーニ
チーズ・ケーキ・ファクトリー
スプリンクル カップケーキ P.47
エルメス
MCM
P.43 ル・パン・コティディアン
ゲス
シャネル
ウィリアムズ ソノマ
ルルレモン アスレティカ
ブルガリ
カルティエ
ロベルト・カバリ
ネスプレッソ ブティックバー
ラックス ロデオ・ドライブ P.57
デヴィッド・ヤーマン
イル・ビスコンテ
ポッタリー バーン
グッチ
マイケルコース
アンド・サンズ ショコラティエ
プラダ
バリー
トッズ
バレンシアガ
ブライトン・コーヒー
ドルチェ&ガッバーナ
コーチ
ハリー・ウィンストン
アヴァン・ギャルド
N. Bedford Dr.
ディオール
ヴァンクリーフ&アーペル
マディソン
バーバリー
ステファノ・リッチ
ジミー・チュー
N. Camden Dr.
Via Rodeo
ルイ・ヴィトン
B トゥー ロデオ
フェンディ
N. Roxbury Dr.
徒歩5分
ティファニー
噴水
Wilshire Blvd.
サックス・フィフス アベニュー
P.40
ニーマン マーカス
ビバリー・ウィルシャー フォーシーズンズ

ビバリーヒルズへのaccess:
ハリウッドからメトロ・ラピッド780番に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica Blvdでメトロ・ラピッド704番に乗り換え。サンタモニカからはメトロ・ラピッド704番で、Santa Monica Blvd & Crescent Dr下車。

ビバリーヒルズの豪邸巡り
ハリウッドセレブの邸宅ツアー
Hollywood Celebrity Homes Tour

ビバリーヒルズには多くのスターたちが住んでいる。そんなスターたちの家を外から見学するガイド付きのツアー。桁違いの豪邸は一見の価値は十分あり。

MAP P.66 E-4／P.33

【催行】毎日 【所要時間】2時間
【出発】ハリウッド&ハイランドのスターラインターミナル（6925 Hollywood Blvd）。LAエリア内の主要ホテルへのピックアップサービスもある（予約時に要確認）
料$45 カードV、M、A URLwww.starlinetours.com/en

➡セレブたちはどんな豪邸に住んでいるのかな

ロバートソンへのaccess:
ハリウッドからメトロバス212番に乗り、Wilshire Blvd & La Breaでメトロ・ラピッド720番に乗り換え。サンタモニカからメトロ・ラピッド720番を利用し、Wilshire Blvd & Robertson Blvdで下車、徒歩10分。

1カリフォルニア・グリズリーのカップ　2ファッション業界に貢献したデザイナーたちに贈られるロデオ・ドライブ・ウォーク・オブ・スタイル賞のプレート　3ロデオ・ドライブにあるブランドショップ　4トゥー・ロデオの人気カフェ　5トゥー・ロデオは写真スポットとしても人気

旬の流行をキャッチしよう

ロバートソン・ブールバード
Robertson Blvd

南北に長いストリートで、交差するサード・ストリートとビバリー・ブールバード間に主要ショップが集中。

G キットソンLA
Kitson LA

アメリカン雑貨のおみやげ探しにもグッド

広い店内には服、本、ステーショナリー、雑貨などがびっしり。いま世間を騒がせている有名人をモチーフにした、ユーモアの効いた皮肉っぽい商品など、面白そうなものがたくさん。

MAP P.35

所115 S. Robertson Blvd　☎424-245-4003　L10:00～20:00（土曜9:30～19:00、日曜11:00～19:00）　休無休
カードV、M、A、J　URLwww.kitsonlosangeles.com/

コットンのロサンゼルストートバッグ

動物をモデルにしたほっこりとする写真集も

アメリカ50州の知識が学べる絵本

大人も思わず欲しくなる子ども用ステーショナリー

ポップでアメリカンテイスト満点の小物や雑貨がそろう

D ジョージタウン・カップケーキ ロサンゼルス
Georgetown Cupcake Los Angeles

地元の女の子たちに人気

カップケーキの種類の多さと、かわいさ、味のよさでたちまち人気のショップに。ロバートソンでのショッピング疲れたら、立ち寄りたいカップケーキのお店。日本人には少し甘めに感じるかもしれないけど、アメリカ人が好むスイーツにトライしてみて。

MAP P.35　→詳細はP.47

毎日販売するものと日替わりで販売するものがある各$3.50

店内はファンシーなインテリア

E ビバリーセンター
Beverly Center

多くの有名人が買い物に訪れるモール

セレブやスタイリストご愛用のショッピングセンター。ブルーミングデールズ、メーシーズの2つのデパートのほかカジュアルからハイブランドまで100以上の店舗が入る。

MAP P.65 D-4/P.35

所8500 Beverly Blvd　☎310-854-0070
L10:00～21:00（金曜～20:00、土曜11:00～18:00）
休カード店舗により異なる　URLbeverlycenter.com/

フードコートも軽食からガッツリ目まで充実

主なショップリスト:バナナ・リパブリック、コーチ、フェンディ、グッチ、ルイ・ヴィトン、マイケル・コース、プラダ、セフォラ、キールズ、ブルーミングデールズ

F ジャック＆ジルズ・ツー
Jackn' Jills too

地元で愛されているカフェ

ロバートソン周辺の住民に人気のカフェ。居心地のよい店内には、ゆったりとブランチを楽しむ人たちが。おすすめは各種サンドイッチやチキン、野菜を具材にした食事系のクレープ。

MAP P.35

所8738 W. 3rd St　☎310-858-4900
L9:00～16:00　休無休　料$13.50～
カードV、M、A　URLwww.jacknjillstoo.com/

アットホームで落ち着いたインテリア

ローストターキーとブルーチーズのサンドイッチ

みんなが憧れるビーチシティ

サンタモニカ
Santa Monica

活気ある海辺の街をエンジョイしよう！

抜けるような青い空、長く続く海岸線。サンタモニカは誰もが思い描く、カリフォルニアのイメージそのものだ。観光スポットとして人気のサンタモニカ・ピアには、おみやげ物屋やシーフードレストラン、遊園地のパシフィック・パークがあり、市民の楽しみの場にもなっている。

また、このエリアにはベニス・ビーチやメイン・ストリートなど個性的なビーチシティがあり、ユニークな店やおしゃれなカフェが軒を連ねている。

1 サード・ストリート・プロムナードは終日、人出が多い
2 サンタモニカ周辺もウォールアートは多い
3 キッチン用品の店スー・ラ・ターブル

有名ストリートを散策
サード・ストリート・プロムナード
Third Street Promenade

LAでは数少ない夜遅くまで安心して遊べる通り。雑貨、ブティックなどのショップやカフェ、レストランも多い。

B サンタモニカ・プレイス
Santa Monica Place

サンタモニカのランドマークのひとつ

3階建ての屋外型ショッピングセンター。ハイブランドからアメリカンブランドまで、幅広いショップが入る。3階には充実したレストランや、フードコートもある。

MAP P.67 C-5/P.36

所 395 Santa Monica Place
☎ 310-260-8333
L 10:00〜21:00（日曜11:00〜20:00） 休 無休
カード 店舗により異なる
URL www.santamonicaplace.com/

↑フードコートの座席は屋内と屋外にある。天気のいい日は屋外で

←2つの大きなデパートも入っている

主なショップリスト：ティファニー、トリー バーチ、コーチ、ルイ・ヴィトン、マイケル・コース、スワロフスキー、ブルーミングデールズ、ノードストローム

A スー・ラ・ターブル
Sur La Table

遊び心あるキッチン用品が見つかる

かわいくてカラフルで、気のきいたキッチン用品が、店内にずらりと並ぶ。手頃な値段でかさばらないグッズもおおいので、おみやげ探しにぴったり。

MAP P.67 A-5/P.36

所 301 Wilshire Blvd ☎ 310-395-0390
L 10:00〜21:00（日曜11:00〜19:00） 休 無休
カード V、M、A、J URL www.surlatable.com

↑キッチンが明るくなるカラフルな商品が多い
→マフィン型に敷くカップと、飾り用のピンのセット

C ハマス・バー・エクスプレス
Hummus Bar Express

お腹が空いたら地中海料理にトライ

カジュアルなレストラン。品質のよい肉や野菜などを厳選、効率的に食材を使うことで、値段もリーズナブルに抑えられている。焼き立てのピタパンに肉を挟んだシャワルマが人気。

MAP P.67 B-5/P.36

→詳細はP.46

→ストリートに面するテラス席も気持ちいい

→セットのプレート。カバブやひよこ豆のコロッケのファラフェルを挟んだサンドイッチも

サード ストリート プロムナードへのaccess：
ビバリーヒルズからメトロ・ラピッド720番でSanta Monica Blvd & 4th Stなど下車。または704番でBroadway & 4th St下車。

そぞろ歩きが楽しい
サンタモニカ・ピア&パシフィック・パーク
Santa Monica Pier & Pacific Park

サンタモニカ・ピアを歩いていくと、先端に遊園地、パシフィック・パークが見えてくる。子ども向けではあるが、レトロなアーケードもあり、エアホッケーや、射的、ピンボールが楽しめる。

MAP P.67 A-1

所 380 Santa Monica Pier 交 サンタモニカ・プレイスから徒歩10分
☎ 310-260-8744
L 季節・天候・曜日により異なる 休 無休
料 無料（各乗り物は$5〜10） カード V、M、A
URL pacpark.com/

↓日曜日は家族づれで賑わう

1 テン・ウーマンで販売されている地元アーティストの作品　2 ベニス・ビーチはローラースケートで移動する人も　3 アボット・キーニーにランチに来たという3人

今日はビーチヨガの日！

個性的なお店がいっぱい
メイン・ストリート
Main Street

サンタモニカとベニスを結ぶメイン・ストリートは、個性的なブティックや雑貨屋が軒を連ねている。休日には地元の人で賑わう。

B アース・カフェ
Urth Caffé

オーガニックカフェの草分け

LAのオーガニック・カフェの草分け的存在。店で提供する料理の食材は、コーヒーも含めてすべてオーガニック。食材の品質にはこだわりを持っている。パンは24時間体制で焼いている。

MAP P.67 B-2/P.37
所 2327 Main St　☎310-314-7040　営6:00～22:00（金・土曜～24:00、日曜～23:00）　休無休
料$11～　カードV、M、A
URL www.urthcaffe.com/

ピザの生地もオーガニックの小麦を使って手作り

中庭の席でコーヒーを飲んでリラックス

A カリフォルニア・ヘリテージ・ミュージアム
California Heritage Museum

19世紀のアメリカの邸宅

1894年に建てられた家が現在の場所に移築され、博物館となった。場所はメイン・ストリートの真ん中あたり。博物館では常設以外にも、多様な企画展が開かれ人気となっている。

MAP P.67 A-2/P.37
所 2612 Main St　☎310-392-8537　営11:00～16:00（火曜18:00～21:00）　休月曜　料$10
URL californiaheritagemuseum.org/

前の広場では、日曜はファーマーズ・マーケット、火曜の17時から21時までは、さまざまなフードトラックが出店する。

C テン・ウーマン
Ten Women

アーティストのハンドメイド

10人の地元女性アーティストが集まり、立ち上げた店。布製品、バッグ、ジュエリーなどセンスの良い作品がいっぱい。モンタナにも支店がある。

MAP P.67 B-2/P.37
所 2719 Main St　☎424-433-8116　営11:00～19:00（金～日曜10:00～）　休無休
カードV、M、A　URL www.tenwomengallery.com

手作りなので一品物もあり

店内は明るい色とかわいいグッズにあふれている

キュートな女の子と男の子の手作りの布袋。

メイン・ストリートへのaccess:
ビバリーヒルズからメトロ・ラピッド720番またはメトロバス20番に乗り、Wilshire Blvd & Westwood Blvd下車。ビッグ・ブルー・バス8番または1番に乗り換え、Main St & Ocean Park Blvdで下車。

アーティスティックな注目タウン！
Abbot Kinney
アボット・キーニーを探索しよう

個性的なショップやギャラリーが多数集まり、いまもっとも注目されている、ビーチシティといえばアボット・キーニー。アートの香りがする街を楽しもう。

深い味わいのカフェラテにほっこり

インテリゲンシア コーヒー　ベニス・コーヒーバー
Intelligentsia Coffee Venice coffeebar

極上のコーヒーでひと休み

一杯ずつ丁寧に引いたコーヒー豆を使い、熟練のバリスタがいれるコーヒーが味わえる店。

MAP P.67 B-3
所 1331 Abbot Kinney Blvd　交サンタモニカ・プレイスから車で10分　☎310-399-1233　営6:00～20:00（金曜～22:00、土曜7:00～22:00、日曜7:00～）　休無休
カードV、M、A　URL www.intelligentsiacoffee.com

ソルト
Salt

個性的なインテリアグッズも揃う

ファッションからアートオブジェ、インテリア小物まで、オーナーのこだわりとセンスが光るセレクトショップ。

→詳細はP.49

アーティストの一点ものや、ユニークな小物が揃う

街角にもアートが

アボット・キーニーへのaccess:
サンタモニカからビッグ・ブルー・バス18番に乗り、Abbot Kinney Blvd & California Aveで下車。またはサンタモニカやダウンタウンからメトロ・ラピッド733番に乗り、Abbot Kinney Blvd & Venice Blvdで下車。

ホップオフ HOP-OFF で攻略!

LA各地に点在する定番観光スポットを、効率良く回ることができるバス、ホップオン・ホップオフ。上手に乗りこなしてLAの観光地を制覇しよう

乗り降り自由で超便利!! 人気のバスを大調査

ビバリーヒルズ、ハリウッド、ダウンタウン、サンタモニカなどLAの主要エリアを巡るコースとハリウッドとユニバーサル・スタジオを結ぶルートがある。

ホップオン・ホップオフ シティ・ツアー
Hop-On Hop-Off City Tour

☎323-463-3333 料有効時間24時間$49、48時間$64、72時間$79、すべてのルート共通で使用可 カードV、M、A、J
URL www.starlinetours.com/hop-on-hop-off

乗り方ガイド

1. チケットの購入

Ticket Office

チケットの購入は、チャイニーズ・シアター前とハリウッド&ハイランドの前にあるブース、サンタモニカ・ピアなどのスターラインツアーのチケットオフィスで。ウェブからの購入も可能。

2. バスに乗る

Getting on a bus

購入したチケットをドライバーに渡すと利用時刻を刻印してくれる。乗ったらバス内の階段を上って見晴らしの良い2階席へ。マナーを守り安全で快適な観光を。

3. 乗車・下車は?

Bus Stop

バスは下車する人がいなくても全ての停留所に停車する。目的の観光地に着いたら、バスを降りる。観光が終わったら降りた場所に戻り、バスを待つ。

ホップオン・ホップオフ ここがお得

まずはルート図をゲットしよう

ルート図には全てのバスの路線図、タイムテーブルや割引のきく施設などの必要な情報が全て掲載されている。

その1 料金一律乗り降り自由

チケットは24時間、48時間、72時間の3種類。バスに乗って刻印された時刻から有効になる。乗り降り自由で、どのルートでも同一チケットで乗れる。

その2 施設が割引きに

スターラインツアーやユニバーサル・スタジオ、グラミー博物館ほか多数の施設でチケットを提示すると、入場料などが割引に。

その3 日本語の音声案内付

レッド、イエロー、パープルの主要ルートでは、バスの中での停留場の告知アナウンスを日本語のテープで行っている。英語を聞き漏らして乗り越す心配がないので安心。

ATTENTION 利用するときの注意

1. 停留所の標識はないので、降りたら目印になる建物などを覚えておく。
2. 暗くなる前に繁華街かホテルに戻る。
3. 運行時間は季節により異なるので、利用する前に必ずスケジュールを確認する。

レンタカーなしでも大丈夫！

LA観光はホップオン・HOP-ON

ユニオン・ステーション
UNION STATION
MAP P.66 H-2
●サンディエゴなどへ行くアムトラックも発着。構内の豪華さは一見の価値あり

37 OLVERA ST/PUEBLO/UNION STATION 下車

オルベラ・ストリート
OLVERA STREET
MAP P.66 H-1
→詳細はP.21
●メキシコムード満点。オルベラ・ストリートはロサンゼルス発祥の地

ダウンタウン 変化著しいホットなタウンへ PURPLE Route パープル・ルート

パープル・ルートはダウンタウンを中心に回るコース。テッパン観光地のオルベラ・ストリートやユニオン・ステーション、一番エッジなLAライブまで、これに乗れば全てをカバー。

始発 Olvera St/Puebro/Union Station 9:00
運行時間 9:00～17:00（最終出発便） 運転間隔 1時間、1周1時間
（運行スケジュールは変更する場合があるので時刻表で要確認）

グランド・セントラル・マーケット
GRAND CENTRAL MARKET
MAP P.66 G-2 →詳細はP.50
●庶民の台所、新鮮な食材を売るマーケット。テイクアウトの店もあるのでランチに利用できる

39 GRAND CENTRAL MARKET/ BRADBURY BLDG

ステイプルズ・センター
STAPLES CENTER
MAP P.66 E-3 →詳細はP.13
●NBAのレイカーズやNHLのキングスの本拠地。有名アーティストのコンサートも

43 CONVENTION CENTER/ STAPLES CENTER 下車

サンティ・アレイ
THE SANTEE ALLEY
MAP P.66 F-3
●靴も服もバッグも、とにかく安い。掘り出し物を見つけにGO!

42 FASHION DISTRICT/ SANTEE ALLEY 下車

L.A.ライブ
L.A. LIVE
MAP P.66 E-3 →詳細はP.21
●クラブやレストラン、シアターなどを擁する一番旬なコンプレックス

昼から夜まで遊べる巨大エンタメ施設

44 L.A. LIVE/GRAMMY MUSEUM 下車

現代建築の巨匠が設計 迫力ある建物

ウォルト・ディズニー・コンサートホール
WALT DISNEY CONCERT HALL
MAP P.66 G-2
●現代建築の巨匠フランク・ゲーリー設計のホール。近未来的な外観が印象的

33 WALT DISNEY CONCERT HALL/MOCA 下車

ロサンゼルス現代美術館
MOCA
MAP P.66 G-2
●アメリカ近代美術のコレクションは西海岸有数。近代美術好きは必見

運転間隔1時間 Bus stop

- 37 オルベラ・ストリート/プエブロ/ユニオン・ステーション OLVERA ST/PUEBLO/UNION STATION START!
- 38 リトルトーキョー LITTLE TOKYO
- 39 グランド・セントラル・マーケット/ブラッドベリー・ビル GRAND CENTRAL MARKET/BRADBURY BLDG
- 40 中央図書館/ビルトモア・ホテル CENTRAL LIBRARY/BILTMORE HOTEL
- 42 ファッション・ディストリクト/サンティ・アレイ FASHION DISTRICT/SANTEE ALLEY
- 43 コンベンション・センター/ステイプルズ・センター CONVENTION CENTER/STAPLES CENTER
- 44 L.A.ライブ/グラミー博物館 L.A. LIVE/GRAMMY MUSEUM
- 33 ウォルト・ディズニー・コンサート・ホール/MOCA WALT DISNEY CONCERT HALL/MOCA
- 34 シビック・センター/天使のマリア大聖堂 CIVIC CENTER/CATHEDRAL OF OUR LADY
- 36 チャイナタウン・ショッピングモール CHINATOWN-SHOPPING MALLS
- 37 オルベラ・ストリート/プエブロ/ユニオン・ステーション OLVERA ST/PUEBLO/UNION STATION GOAL!

ATTENTION ここに注意!! パープル・ルートは運行間隔が長い。日暮れ後バス停で長時間待つのは危険な場合もあるので、暗くなったらタクシー利用も考慮。

ドルビー・シアター
DOLBY THEATRE
MAP P.66 E-4／P.33 →詳細はP.32
アカデミー賞受賞式会場として知られるゴージャスな劇場

ハリウッド&ハイランド
HOLLYWOOD & HIGHLAND
MAP P.66 E-4／P.33 →詳細はP.32
ハリウッド観光はここが起点。ハリウッドの中心にある複合施設

ハリウッド▶ビバリーヒルズ

ショッピングにも◎

RED Route
レッド・ルート

ハリウッド&ハイランド、ビバリーセンター、グローブの人気の3大モールをカバー。メルローズなどにも立ち寄る。

始発 Dolby Theatre 9:00 運行時間 9:00～17:30（最終出発便）
運転間隔 30分、1周2時間（運行スケジュールは変更する場合があるので時刻表で要確認）

ウォーク・オブ・フェイム
WALK OF FAME
MAP P.66 F-4／P.33 →詳細はP.33
歩道に埋められたエンタメ界で活躍した人の名前が刻まれた星型

1 DOLBY THEATRE下車

ビバリー・ウィルシャー・フォーシーズンズ
BEVERLY WILSHIRE,A FOUR SEASONS HOTEL
MAP P.65 B-2／P.34
国賓御用達の超高級ホテル。映画「プリティ・ウーマン」で一躍有名に！

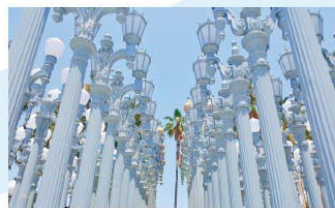
ロデオ・ドライブ
RODEO DRIVE
MAP P.65 B-1/P.34 →詳細はP.34
LAで一番高級なショッピングゾーン。リッチな雰囲気を楽しもう

7 3RD ST/BEVERLY HILLS下車

ビバリーセンター
BEVERLY CENTER
MAP P.65 D-4 →詳細はP.35
セレブも来るショッピングセンター。ブランド物からおみやげまで何でも揃う

9 BEVERLY CENTER-SHOPPING 下車

サンセット・ストリップ
SUNSET STRIP
MAP P.64 E-2
有名ライブハウスやバー、クラブが集まるLA屈指の夜遊びスポット

4 THE COMEDY STORE/SUNSET STRIP 下車

ロサンゼルス郡立美術館
LOS ANGELES COUNTY MUSEUM OF ART
MAP P.64 E-4
通称LACMAで親しまれている美術館。バスチケット提示で入場料が割引に

10 LA BREA TAR PITS/LACMA/PETERSEN AUTO下車

グローブ
THE GROVE
MAP P.64 E-4
ヨーロッパ風建物の屋外式大型ショッピングモール。モール内にはトロリーも走る

11 FARMERS MARKET & THE GROVE下車

ファーマーズ・マーケット
FARMERS MARKET
MAP P.64 E-4 →詳細はP.50
約100軒の店が入る老舗のファーマーズ・マーケット。フードコートはランチにおすすめ

運転間隔30分 Bus stop

1 のりかえ ドルビー・シアター DOLBY THEATRE START!
Hollywood-Universal Shuttle、Shuttle Serviceの乗換地点

4 コメディストア/サンセット・ストリップ THE COMEDY STORE/SUNSET STRIP

5 ロンドン・ホテル/ウィスキー・ア・ゴー・ゴー LONDON HOTEL/WHISKY A GO GO

7 のりかえ サード・ストリート/ビバリーヒルズ 3RD ST/BEVERLY HILLS
Yellow Routeとの乗換地点。日曜日のみREXFORD DR/BEVERLY HILLSにバス停の場所が変更になる

9 ビバリーセンター BEVERLY CENTER-SHOPPING

10 ラ ブレア・タールピット/LACMA/ピーターセン・オート LA BREA TAR PITS/LACMA/PETERSEN AUTO

11 ファーマーズ・マケット&ザ・グローブ FARMERS MARKET & THE GROVE

12 メルローズ・アベニュー MELROSE AVE SHOPPING

14 ヴァイン・ストリート/パラマウント・スタジオズ VINE ST/PARAMOUNT STUDIOS

1 DOLBY THEATRE GOAL!

ドルビー・シアターからユニバーサル・スタジオへ

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド
UNIVERSAL STUDIOS HOLLYWOOD
MAP P.63 D-1 →詳細はP.30
本物の映画の現場が見られるツアーが人気のテーマパーク

ダイレクトに行ける

HOLLYWOOD-UNIVERSAL SHUTTLE
ハリウッド-ユニバーサル シャトル

ドルビー・シアターからユニバーサル・スタジオ・ハリウッドまでノンストップ。バスチケット提示で入場料が割引になる。

始発 Dolby Theatre（Starline Terminal）9:00 運行時間 9:00～17:30（最終出発便）運転間隔 30分～1時間30分

ホップオン・ホップオフのバス停は表示のないところがほとんど。下車した場所で目印になるものを必ず覚えておこう。

ビバリーヒルズ▶サンタモニカ

ローカルのイチオシ YELLOW Route イエロー・ルート

旅行者に人気のサンタモニカのメイン・ストリートや、ローカル色の強いモンタナ・アベニュー、ブレントウッドなどおしゃれで洗練されたエリアをぐるりと回るルート。

始発 3rd St/Beverly Hills 10:00 Ocean Ave/Santa Monica Pier9:30 運行時間 10:00～17:00(最終出発便)、Ocean Ave/Santa Monica Pierは9:30～18:10(最終出発便) 運転間隔 40分 1周2時間

ビバリーヒルズ
Beverly Hills

MAP P.65 B-4 →詳細はP.34

レッド・ルートへ乗換えもできるバス停

7 3RD ST/BEVERLY HILLS

ベニス・ビーチ
VENICE BEACH

MAP P.67 A-2 →詳細はP.23

スポーツで汗を流している人やパフォーマーなど多くの人が集まるビーチ

83 VENICE BEACH 下車

地元の人や観光客が集まる賑やかなビーチへ

メイン&マリン・ストリート
MAIN STREET/MARINE STREET

MAP P.67 A-2

サンタモニカに向かってメイン・ストリートの散策のスタートに

77 MAIN ST/MARINE ST 下車

メイン・ストリート
MAIN STREET

MAP P.67 A-2 / P.37 →詳細はP.37

ブティックや雑貨屋、オーガニックにこだわりを持つカフェなど魅力的な店が多い

78 MAIN ST/VISITOR INFORMATION CENTER 下車

サンタモニカ・ピア
SANTA MONICA PIER

MAP P.67 A-1 / P36 →詳細はP.36

観光客だけでなく地元の人にも人気のピア。特に週末は賑わう

57 OCEAN AVE/SANTA MONICA PIER 下車

ピアに来たらロコと一緒に思い切り楽しもう

サンタモニカ・プレイス
SANTA MONICA PLACE

MAP P.67 C-5 / P.36 →詳細はP.36

旬のショップやレストランが入るショッピングセンター

サード・ストリート・プロムナード
3RD STREET PROMENADE

MAP P.67 A-5 / P.36 →詳細はP.36

3ブロックにわたる通り。ショップやカフェは夜遅くまで営業している

59 WILSHIRE/3RD ST PROMENADE 下車

カリフォルニア大学ロサンゼルス校
UCLA

MAP P.63 B-3

ウエストウッドにある名門州立大学、卒業生は多彩な分野で活躍。UCLAのロゴ入りグッズも人気

63 WESTWOOD/UCLA/HAMMER MUSEUM 下車

ATTENTION ここに注意!! 比較的早い時間に最終バスとなる。バスを乗り継いで帰る場合は、事前にタイムスケジュールを調べ、予定を組んでおきたい。

Bus stop 運転間隔30～40分

Red Routeとの乗換地点。日曜日のみREXFORD DR/BEVERLY HILLSに変更になる

- START! 7 のりかえ サード・ストリート/ビバリーヒルズ 3RD ST/BEVERLY HILLS
- 51 ビバリーヒルトン・サンタモニカ・ブルーバード THE BEVERLY HILTON-SANTA MONICA BLVD
- 52 センチュリー・プラザ・ホテル/アネンバーグ博物館 CENTURY PLAZA HOTEL/ANNENBERG MUSEUM
- 83 ベニス・ビーチ VENICE BEACH
- 77 メイン・ストリート&マリン・ストリート MAIN ST/MARINEST
- 78 メイン・ストリート/ビジター・インフォメーション・センター MAIN ST/ VISITOR INFORMATION CENTER
- 57 のりかえ オーシャンアベニュー/サンタモニカ・ピア OCEAN AVE/SANTA MONICA PIER
- 59 ウィルシャー/サード・ストリート・プロムナード WILSHIRE/3RD ST PROMENADE
- 63 ウェストウッド/UCLA/ハマー博物館 WESTWOOD/UCLA/HAMMER MUSEUM
- 64 ビバリー・ヒルトン・ウィルシャー・ブルーバード THE BEVERLY HILTON-WILSHIRE BLVD
- GOAL! 7 サード・ストリート/ビバリーヒルズ 3RD ST/BEVERLY HILLS

Shuttle Serviceとの乗換地点

空港周辺ホテル⇔サンタモニカ・ハリウッド
SHUTTLE SERVICE シャトル・サービス

空港周辺の各主要ホテルから、サンタモニカのオーシャン・アベニュー/サンタモニカ・ピア間、ハリウッドのドルビー・シアター間を往復するシャトルバスが運行されている。運行スケジュールはサンタモニカ、ハリウッドともラ キンタ・イン発8:00、8:30の2便。復路はオーシャン・アベニュー/サンタモニカ・ピア発18:10、ドルビー・シアター発17:30の各1便。

→詳細はwww.starlinetours.com/en/hop-on-hop-off-schedule

ロサンゼルス ローカルおすすめ!

イチオシ! グルメNavi

LAは食の激戦区。スターシェフの高級レストランからおしゃれなカフェ、さまざまな国の料理やファストフードまで、食のチョイスに迷うほど。

Navi 1 味に大きさに大満足! グルメバーガー

LAでは、安心安全なこだわり食材で作るグルメバーガーの人気が急上昇中

ヴィーガンバーガー $12.99
各種野菜と味噌で作ったパテとビーガンチーズをバンズにサンド B

ウマミ・バーガー $13.50
ショップのいちばん人気。ウマミ・バーガーの原点のハンバーガー A

パニオロ $15
大きなオニオンフライに、コナコーヒーのバーベキューソースを挟んだバーガー C

王道のクラシックバーガーはおさえたい

クラシック・チーズバーガー $12.99
新鮮な挽肉のパテにチェダー、スイス、アメリカンチーズを挟んだ定番 B

ラウンジバーガー $7.95
オーガニックチーズかオニオンを選択。ソースは自家製サウザンドアイランド D

カリバーガー $12.50
ソテーしたオニオンが美味。具材のチーズはホームメイドのアメリカンチーズ、ソースも自家製 A

スパイシー・クアワ・クランチ $14
オーガニック・ビーフにホームメイドのスパイシー・グアバソースが合う C

スパイシーな味がやみつきに

サンタモニカ MAP P.67 A-5／P.36

D バーガーラウンジ
Burger Lounge

食欲をそそる高級感あるパティ

牧草だけで育てた肉牛やオーガニックチーズなど食材にこだわる。ていねいに手作りされたパテは脂身も少なくあっさりとヘルシー。

所213 Arizona Ave
交サンタモニカ・プレイスから徒歩8分
☎424-238-8950 L10:30～21:30(金・土曜～22:00) 休無休 URL www.burgerlounge.com

サンタモニカ MAP P.67 B-1

C ポノ・バーガー
Pono Burger

契約農家のオーガニック素材を

ハワイ出身シェフのハワイ風オーガニック・バーガーで人気の店。素材にこだわり、ローカルの契約農家から新鮮な野菜や肉を仕入れている。

所829 Broadway 交サンタモニカ・プレイスから徒歩9分 ☎310-584-7005
L11:00～21:00(金・土曜～22:00) 休無休
カードV、M、A URL ponoburger.com/

ダウンタウン MAP P.66 F-3

B カッセルズ・ハンバーガーズ
Cassell's Hamburgers

ローカル一押しショップ

1948年にオープンした老舗のハンバーガーショップ。パテは毎日店で挽いた新鮮な挽肉で作られる。

所421 W. 8th St 交レッドライン(Bライン)／メトロ・パープルライン(Dライン)7th St/Metro Centerから徒歩7分 ☎213-372-5601 L8:00～23:00(金・土曜～24:00) カードV、M、A URL www.cassellshamburgers.com/

ハリウッド MAP P.66 H-5／P.33

A ウマミ・バーガー
Umami Burger

ハンバーガーで表現するウマミ

クオリティの高い食材を使い、上質のハウスメイドのグルメバーガーを提供する。店舗ごとに、その店でしか食べられないオリジナルのメニューを持つ。

所1520 N. Cahuenga Blvd (Space 15 Twenty内) 交ハリウッド&ハイランドから徒歩15分
☎323-469-3100 L11:30～23:00(金・土曜～24:00) 休無休 カードV、M、A URL www.umami.com

Navi 2

朝食もヘルシーに♥ おしゃれカフェ

地元の人も朝食やランチに訪れるカフェで、
ゆったりブランチを楽しんでみよう！

ビバリーヒルズ　MAP P.65 A-1／P.34

ル・パン・コティディアン
Le Pain Quotidien

オーガニックの自家製パンを

ベルギー発祥のベーカリー・レストラン。吟味したオーガニックの材料で焼くパンには根強いファンが多い。サクサクに焼き上げたクロワッサンやデニッシュなど種類も多い。子どもが喜ぶメニューも豊富。

所9630 S. Santa Monica Blvd　交トゥー・ロデオから徒歩8分　☎310-859-1100　L6:30～19:00（土・日曜7:00～）　休無休　料L$12～、D$15～　カードV、M、A　URL www.lepainquotidien.com

1 リトル・サンタモニカ通りに面している　2 朝食用の焼き立てのパンを買いに来る人もいる
3 各テーブルにあるジャムとチョコレートペーストが自由に使える
4 ペースト状の3種類のスプレッドをのせて。ベジタリアンも食べられる
5 オーガニックエッグサラダのオープンサンドはボリューム満点

ミッド・ウィルシャー　MAP P.64 E-4

トースト・ベーカリー・カフェ
Toast Bakery Café

行列は当たり前の人気カフェ

ビバリーセンター付近のサードストリートにあるおしゃれカフェ。平日の朝にも関わらず、テラス席も屋内も出勤前のビジネスマン、家族連れで大賑わい。料理のボリュームもちょうど良く、サクッと食べられるサンドイッチやオムレツが人気。

所8221 W. 3rd St　交ビバリーセンターから徒歩12分　☎323-655-5018　L7:30～17:00　休無休　料$20～　カードV、M、A　URL www.toastbakerycafe.net

1 ケーキなどスイーツもたくさん$6.95～　2 スクランブルエッグ、ハム、チェダーチーズを挟んだサンドイッチ　3 店内以外に屋外のパラソル付き席もある　4 オムレツプレートは野菜とフルーツが盛りだくさん$16.95

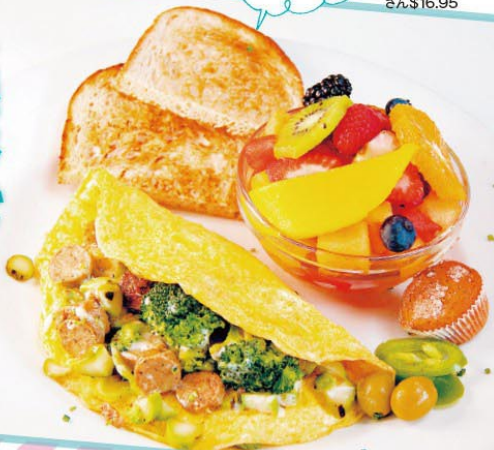
サンタモニカ　MAP P.67 D-1

リテラティ・カフェ
Literati Café

芸能人やシナリオライターたちが常連

明るく居心地の良い店内では新聞を読んだり、パソコン持参の人が多い。映画業界、エンタメ業界の人が頻繁に訪れる店。新鮮な素材を使い、ヘルシーなメニューを提供。ドリンクを含め、メニューのほとんどがオーガニックなのも人気の理由だ。

1 かわいいラテ・アートにほっこり
2 タコスに添えられたサルサは自家製。サンドイッチのパンは全粒粉を使用
3 落ち着いた雰囲気の店内には、写真やポスターがいっぱい

所12081 Wilshire Blvd　交サンタモニカ・プレイスから車で10分　☎310-231-7484　L7:00～22:00（土・日曜8:00～）　休無休　料L$10.99～、D$12.99～　カードV、M、A　URL www.literaticafe.com

シェフのこだわりは新鮮で質の良い食材

バーではカクテルや、厳選されたセレクションのカリフォルニアワインが楽しめる

自慢のシーフードメニューはどの料理も美味

1 ラシエネガブールバードからは"The Bazaar by Jose Andres"の看板が見える 2 各ダイニングの内装が異なる 3 やや暗めのダイニングだが落ち着いて食事ができる

Navi 3

新たな食を追求する

スターシェフの店

超一流レストランを手がけ、メディアへの露出も多いスターシェフたち。食通のLAっ子を満足させるため、彼らの料理は進化中

開放感あふれる店内で極上シーフードを

ビバリーヒルズ ☎ MAP P.65 D-4

バザー・バイ・ホセ・アンドレス

The Bazaar by José Andrés

アメリカ版料理の鉄人にも登場

テレビ番組に出演したり、料理の本を出版するなど幅広く活躍するホセ・アンドレスのレストラン。斬新な盛り付けのハモン・セラーノやガスパッチョなど、驚きと感動のタパス料理が味わえる。ハリウッドセレブで賑わっていることでも知られる。

ホセ・アンドレス *José Andrés*

スペイン出身。世界的に有名なシェフのもとで修業を経て渡米し成功を収める。タイム誌に最も影響力のある世界の人100人にも選ばれている。

所465 S. La Cienega Blvd. 交ビバリーセンターから徒歩10分
☎310-246-5555 L18:00～22:00(木・金曜～23:00、土曜17:30～23:00)
休月・火曜 料$40～ カードV、M、A URLwww.thebazaar.com

ブライアン・マラーキー *Brian Malarkey*

オレゴン州出身。アメリカ各地にさまざまなレストランをプロデュースする一方TV番組にも出演。2019年「ハーブ&ウッド」をサンディエゴにオープン話題に。

おすすめMENU
- ●オイスター・オン・ザ・ハーフシェル $19～
- ●シーフード盛り合わせ $65～

1 カキ、メインロブスター、ジャンボシュリンプなどシーフードの盛り合わせ。 2 グリーンが美しくリラックスできる店内 3 エスニック風味のムール貝 4 東海岸と西海岸から直送されるフレッシュなカキもおすすめ。1個$3.50～

チーズの上にあぶった牛肉をのせたフィリーチーズステーキ

1 店内はそれぞれ異なったインテリアのスペースに分かれている
2 濃厚なミルクに特殊な処理をほどこし、モツァレラ・チーズのようにしたカプレーゼ。食感はイクラのよう

おすすめMENU
- ●ツナセビチェ&アボカドロール $18
- ●フィリーチーズステーキ $13

斬新！スタイリッシュな驚きの一皿

サンタモニカ ☎ MAP P.67 D-5

ヘリングボーン・サンタモニカ

Herringbone Santa Monica

気楽に入れるレストラン

有名シェフでレストランプロデューサーとしても名高い、マラーキー氏がプロデュースしてオープンさせた人気店。料理はもちろんゆったりと広い空間が魅力。バーも併設しているので、気軽に立ち寄ることもできる。

所1755 Ocean Ave 交サンタモニカ・プレイスから徒歩9分 ☎310-971-4460
L17:00～22:00(金・土曜～23:00、日曜～21:00、ブランチ土・日曜10:00～14:00、ハッピーアワー月～金曜16:00～19:00) 休無休
料L$20～、D$45～ カードV、M、A、J
URLhttp://herringboneeats.com

キレイな景色とおいしい料理を

Navi 4

ちょっとロマンティックな 夜景がステキなレストラン

1日の終わりは眺めの良いレストランでサンセットや夜景を楽しんでみよう！

良い席をキープするなら予約を忘れずに

5 ルーフトップ16階にあるバーから望む夜景　6 肉は口の中に入れると、ほろほろと崩れてしまうほどの柔らかさ

おすすめMENU
- アヒツナタルタル $19
- 豚バラ肉角煮風 $15
- ムール貝 $18

ダウンタウン ☎ MAP P.66 G-2

パーチ
Perch

この夜景のすごさは必見

360度LAの風景を展望できるレストラン。迫り来る迫力のビル群と遙か遠方の景色が楽しめる。料理はアメリカとフランス料理のフュージョン。手軽なハンバーガーから作り込んだメインディッシュまで選択肢は広い。

所448 S. Hill St　交メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン)Pershing Square駅から徒歩1分　☎213-802-1770　L16:00～翌1:00(木・金曜～翌2:00、土曜10:00～翌2:00、日曜10:00～)
休無休　料L$20～、D$28～　カードV、M、A
URL www.perchla.com

1 新鮮なムール貝をハーブとともに蒸したひと皿。添えてあるフランスパンを浸して食べるスープも美味　2 カクテルやシャンパンの種類も多い15階のレストランにあるバー　3 ひと口サイズのミニバーガーは手軽さから人気のメニュー　4 インテリアはレトロでシック

夕暮れ時のサンタモニカ・ピアは必見

おいしい料理とサンセットにうっとり

サンタモニカ ☎ MAP P.67 C-5

ロブスター
The Lobster

夕日に映える遊園地もきれい

サンタモニカ・ピアの入り口にある1923年創業のレストラン。どの席からもサンタモニカの海に沈む美しい夕日を見ながら、新鮮なシーフードのディナーが楽しめる。服装はカジュアルでもフォーマルでもOK。人気のレストランなので必ず予約を。

所1602 Ocean Ave　交サンタモニカ・プレイスから徒歩3分　☎310-458-9294
L11:30～22:00（金・土曜～23:00）
休無休　料L$40～、D$65～
カードV、M、A　URL www.thelobster.com

1 レストランとサンタモニカ・ピア全景　2 オリジナルのブラッディ・マリー$16　3 ロブスターのグリルはおすすめの一品　4 店はアーチのすぐ左　5 スタートはロゼ・シャンパンで$22　6 オレンジ色に包まれる日暮れ時　7 ボリュームたっぷりのクラムチャウダー $16

おすすめMENU
- グリルド・メインロブスター 時価
- ニューイングランド スタイル クラムチャウダー　$16

Navi 5

世界の味をEnjoy♪ エスニック料理

さまざまなエスニック料理が集まるLAのダイニング。いろいろな味に挑戦しよう

⬆パンチェッタ、腸詰、エビなどいろいろな具材の入った、ペルー風フライドライス・パエリアスタイル

おすすめMENU
- ●ペルー風フライドライス $49～
- ●アロス・コン・ポーヨ $27
- ●ロモ・サルタード $32

あっさりと日本人好みの味

1 ロモ・サルタードはペルーの定番の肉料理。ここではフィレ肉を使用　2 ガラス屋根の開放感あふれるパティオ　3 洗練された盛り付けのアロス・コン・ポーヨはチキンとお米がメイン

⬅ブドウが原料の蒸留酒ピスコを使ったカクテル、ベリコォース・ウォーリアー$15

メルローズ　☎　MAP P.65 D-3

ロザリン
Rosaliné

有名シェフが手掛けるペルー料理

メルローズにオープンすると同時に、評判となったレストラン。シェフのリカルド・サラテ氏は、料理雑誌でベスト・ニューシェフに選ばれた実力者。さまざまな国の料理からインスパイアされたというペルー料理は味わい深い。

所8479 Melrose Ave　交ビバリーセンターから車で2分　☎323-297-9500　L18:30～21:30(金･土曜～22:30)　休無休　料$50～　カードV､M､A　URL rosalinela.com

サンタモニカ　MAP P.67 B-5／P.36

ハマス・バー・エクスプレス
Hummus Bar Express

本格派地中海料理を気軽に

夜まで賑わうサンタモニカの、サード・ストリート・プロムナードにある人気店。奥行きがあり天井が高く、落ち着いた店内での食事もいいが、通りに面したテラス席もオススメ。カジュアル系の店なので気軽に入れる。

所1333 3rd St Promenade　交サンタモニカ・プレイスから徒歩6分　☎310-260-1994　L11:00～22:00（金･土曜～23:00）　休無休　料$15～　カードV、M、A　URL www.hummusbarexpress.com

1 細長い店内の奥には注文カウンターとオープンキッチンが　2 ベジタブルプレートと、イスラエル風サラダ　3 チキン・シャワルマプレートとマッシュポテト

おすすめMENU
- ●チキン・シャワルマ $19.80
- ●マッシュルーム・ハマス $13.20

地中海

珍しい料理と味が楽しめる

ヘルシーなハーブや野菜が豊富なメニュー

メキシコ

見た目も味も洗練された料理が魅力

セビチェはメキシコの名物料理

ダウンタウン　☎　MAP P.66 F-2

ボーダーグリル・ダウンタウンLA
Border Grill Downtown LA

有名女性シェフが紡ぐ洗練の味

シカゴの一流店で初めての女性シェフとして活躍した、モダン・メキシカン料理界の第一人者メアリー・スー・ミリケンの店。正統的なメキシコ料理のレシピに、ひとひねりを加えた独自の料理の世界を作り出す。

所445 S. Figueroa St　交メトロ・レッドライン（Bライン）/パープルライン（Dライン）Pershing Square 駅から徒歩9分　☎213-486-5171　L11:30～21:00（金・土曜～22:00、ブランチ土･日曜11:00～15:00、ハッピーアワー16:00～19:00）　休無休　料L$14～、D$24～　カードV､M､A　URL www.bordergrill.com

おすすめMENU
- ●グリルドステーキのトルティーヤ添え $27.75
- ●バハセビチェ $12.75

1 魚介類をマリネしたメキシコの代表的料理　2 牛バラ肉のステーキと黒豆、コーン、ピクルスをトルティーヤで巻いて食べるイチオシの一皿　3 赤い看板が目印　4 マルガリータ各種

見た目もかわいいくておみやげに◎

ココナッツ $3.95
しゃきしゃきココナッツの食感もおいしい A

バニラ $3.25 小 $2
リボンのトッピングがかわいいカップケーキ D

チョコレート・スクエアード $3.50
ホイップチョコレートでコーティング C

ブラックベリー・パッション・フルーツ $3.95 小は3個で $6.75
水・金・日曜日限定でお店に並ぶ B

チョコバター $3.25
クリーミー・ピーナッツバターが独特に風味 D

Navi 食べやすくってかわいい♥ 6 カップケーキ

まだまだブームが続くカップケーキ。LAで食べておくべき注目店をご紹介

GTC ストロベリー $3.50
マダガスカル・バニラの甘い香り C

日替わりメニューがあるお店も

甘すぎないから何個でも食べられるのよ

LAガールに人気のカラフルカップケーキ

わくわくしちゃうほどキュートなカップケーキが並ぶ B

バニラ・バースディ $3.50
バニラバタークリームでフロスティング C

なめらかクリームでスポンジはふっわふっわ

ブラック&ホワイト $3.95
ダークチョコレートがちょっぴり甘さを抑える B

レッド・ベルベット $3.95
チョコレートケーキにチーズフロストをのせて A

ブラック&ホワイト $3.95
スプリンクルの人気の定番カップケーキ A

パサデナ MAP P.62 H-1

D ドッツ・カップケーキ Dots Cupcake

パサデナの女の子のごひいきの店

タヒチのバニラ、マダガスカルのバーボン、オーガニックのジャムなどをはじめとし、吟味した材料で焼き上げる。キュートなデコレーションに目移りする。

所21 N. Fair Oaks Ave 交メトロ・ゴールドライン(Lライン)Memorial Park駅から徒歩10分 ☎626-744-7719 L10:00〜19:00（金曜〜20:00、土曜〜21:00、日曜〜18:00） 休無休 カードV、M、A URLwww.dotscupcakes.com

ロバートソン MAP P.35

C ジョージタウン・カップケーキ ロサンゼルス Georgetown Cupcake Los Angeles

ファンシーな店内も人気

キャサリンとソフィーの姉妹の店で、開店時には行列もできたほどの人気。上質な素材で焼き上げたカップケーキはファンも多い。

所143 S. Robertson Blvd 交ビバリーセンターから徒歩10分 ☎310-271-2171 L11:00〜19:00（金・土曜〜21:00） 休無休 カードV、M、A URLwww.georgetowncupcake.com/

サンタモニカ MAP P.67 A-4

B バニラ・ベーク・ショップ Vanilla Bake Shop

懐かしい味にエッセンスを加えて

市内に2店舗を持つ。毎日焼き上げるカップケーキの材料はナチュラルにこだわっている。ひと口サイズも人気。アイシングクッキーも種類豊富。

所512 Wilshire Blvd 交サンタモニカ・プレイスから徒歩7分 ☎310-458-6644 L9:00〜19:00 （日曜10:00〜18:00） 休無休 カードV、M、A URLwww.vanillabakeshop.com

ビバリーヒルズ MAP P.65 A-1／P.34

A スプリンクル・カップケーキ Sprinkles Cupcakes

日替わりメニューも楽しい

LAのカップケーキ専門店の草分け。販売する20種類のうち、曜日変わりで12種類のフレーバーが店頭に並ぶ。店の外のカップケーキの自販機も評判。

所9635 S. Santa Monica Blvd 交トゥー・ロデオから徒歩8分 ☎310-274-8765 L9:00〜21:00（日曜10:00〜20:00） 休無休 カードV、M、A、J URLwww.sprinkles.com

要チェックのセレクトショップ

おしゃれ上手なファッショニスタおすすめ!

Select shop

ファッション好きなら必ず押さえたいのが、オーナーやバイヤーのセンスが光るセレクトショップ。最旬のファッションを揃えた、セレブたちが頻繁に通う話題のショップをチェック!

エルシーディー LCD

幅広いセレクトが人気

個性的でデザイン性が高い商品を扱う。質の高いファッションを作り出す、世界中の才能ある独立系のデザイナーの発掘も行っているため、1点ものということも多い。LAらしいカジュアル系も多数。ダウンタウンのDTLAにも店舗がある。

MAP P.67 B-3 アボット・キーニー
所1121 Abbot Kinney Blvd
交サンタモニカ・プレイスから車で10分 ☎424-280-4132
L11:00～18:00 休無休 カードV.M.A URL www.shoplcd.co/

ロンドンでブランドを立ち上げたレジーナ・ピョウのビビッドなグリーンのベティ・ドレス$995

ナイキとのコラボで有名なマーティン・ローズのトラックパンツ$505

素材はポリエステル。コリーナ・ストラーダのカーディオノヴァトップ$275

ハイネックのガニーのストレッチタイプのフローラルシャツ$125

最新LAファッションを知りたいならここへ!

個性的なデザイナーの洗練されたアイテムが揃う

服はもちろんバッグや靴、コスメも扱う

普段着からハイエンドまでチョット他と差をつける

絞りのような繊細な加工が特徴的なラクエル・アグレラのショートパンツと、赤のニット

ケイト・モスやレディー・ガガが着用したことで注目を集めているラクエル・アレグラのドレス

リネンのストールは、ユル巻きにピッタリのアイテム。上品さとかわいらしさも演出する

ジュエリーやバッグなどセンスの良い小物も

ヘイスト Heist

買い付け先は世界各国のデザイナー

オーナー自身が着てみたい、と思うアイテムのみを世界各地から仕入れている。LAベースのデザイナー・ラクエル・アレグラやフランスのイザベル・マランほか多数のブランドを扱っている。ジュリア・ロバーツらも来店する。

MAP P.67 B-3 アボット・キーニー
所1100 Abbot Kinney Blvd 交サンタモニカ・プレイスから車で10分 ☎310-450-6531 L11:00～19:00(日曜12:00～18:00) 休無休 カードV、M、A URL www.shopheist.com

インテリアはシンプルだが商品選びのセンスは◎

商品はオーナーが直感で選ぶそう

ソルト Salt

アーティスティックな街の老舗ショップ

入れ替わりが激しいアボット・キーニーで、長年にわたり人気を保ち続けるブティック。扱う商品はシックでシンプルなデザインだが、カットなどディテールにはこだわりが。またオーナーは、イッセイ・ミヤケとの出会いで、日本のファッションにも影響を受けたと話す。

MAP P.67 B-3　アボット・キーニー
所1114 Abbot Kinney Blvd 交サンタモニカ・プレイスから車で10分
☎310-452-1154 営11:00～18:00（日・月曜12:00～17:00）
休無休 カードV、M、A

普段使いできそうなカジュアル系ファッション

↑センスの良いインテリアグッズも扱う

↑サボテンの模様がユニーク、カジュアルなオットダムのシャツワンピ。$325

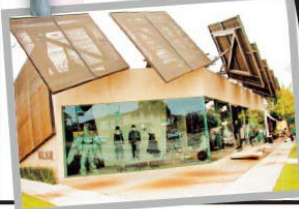
←大人カワイイデザインが特徴のマリパルミのワンピース。$350

↑ドイツ人デザイナー、アネット・ゴルツのバッグ。流行に左右されないデザインが魅力

↑素材に定評があるイタリアの高級シャツメーカー、サルテペッテゴーレのトップス。$250

↑ラム皮の皮ジャン。へりは断ちっぱなしになっている。柔らかさと軽さが魅力

←秋冬春に大活躍しそうなバックスキンのブーツ$835。パンツスタイルはもちろんスカートとの相性◎

↓屋根に取り付けられたソーラーパネルが目印

花柄とチェック柄の配分が絶妙のゆるかわワンピ

H・ロレンツォ H. Lorenzo

最旬を発信し続けるショップ

ロバートソンの北にあるユニークな外観のショップ。世界中のハイエンドで入手困難とされている限定ファッションも扱っている。確かなコレクションはスタイリストなど、LAのファッショニスタの間でも定評がある。

MAP P.35　ロバートソン
所474 N. Robertson Blvd 交ビバリーセンターから徒歩13分 ☎310-652-0064 営10:30～19:00（日曜12:00～18:00） 休無休 カードV、M、A URLwww.hlorenzo.com

↑リラックスして着られる手作りのワンピース。素材はコットン50％、シルク50％

爽やか&スタイリッシュなボタニカルプリント

ポルカドッツ&ムーンビームス Polkadots & Moonbeams

スタイリストご用達ショップ

有名無名に関わらず、本当にセンスがいいと思うデザイナーのドレスや靴、ジュエリーだけを厳選して買い付ける、というのがオーナーのポリシー。トレンドの発信者、ファッションのプロたちが信頼を寄せるショップ。

MAP P.64 E-4　ミッド・ウィルシャー
所8361 W. 3rd St 交ビバリーセンターから徒歩5分
☎323-655-3880 営11:00～19:00（日曜10:00～18:00） 休無休 カードV、M、A URLwww.polkadotsandmoonbeams.com

←エヴァ・フランコの胸元がセクシーなドレス（ベルト付）。ベルトでハイマークすれば脚長効果も

↑TOMSの靴は$42～。サンダル、パンプスなどデザインの種類も豊富で、どれも履きやすい

←ラインが美しい、人気の水玉スリップドレス。店名のポルカドッツは水玉模様の意味

↑店のあるミッド・ウィルシャーは、ロスでもっともホットなエリア

LAのオーガニックな食卓をのぞき見!

人気のヘルシーマーケットへ!

自慢のプラムを食べに来てね!

新鮮フルーツをさくっと食べに行こう

LA近郊でとれた野菜やフルーツが並ぶファーマーズ・マーケット。地元の人に人気のスーパー。どちらもキーワードはオーガニック。ロコも大好きな「ヘルシー」を探しに行こう。

1 アプリコットを売りに来ていた女の子。1個から購入可。試食もできる 2 花を栽培する農家も出店 3 どのベリーも甘くておいしい 4 無添加、無着色の自家製ジャム 5 収穫したての果物が大量に売られている 6 オレンジは大きな袋で購入、担いで帰るのがLA流

地元農家のフレッシュフードがいっぱい!

ファーマーズ・マーケット

LA各地で開催されるファーマーズ・マーケット。ちょっと早起きしてフレッシュなフルーツを買って食べたり、おみやげを探したりしてみよう。

サンタモニカ・ファーマーズ・マーケット
Santa Monica Farmers Market

水・土曜8:00～13:00

優秀農家の農産物は有名シェフも納得の品質

カリフォルニアでも最大の規模を誇るマーケット。サード・プロムナード界隈に近隣の農家が2ブロックにわたり出店する。サボテンやカラフルな色のピーマンなど、珍しい野菜もいっぱい。おみやげ向け商品も多数あり。

サンタモニカ MAP P.67 A-4 / P.36
所 Arizona Ave (2nd Stと4th Stの間)
交 サンタモニカ・プレイスから徒歩3分
URL www.smgov.net/portals/farmersmarket

ファームメイドのおみやげもチェック

とれたてオーガニックのフルーツで作った加工品や、ハンドメイドのソープやポプリの店も

果実がふんだんに入ったジャム

袋いっぱいに入ったオーガニックポプリ

新鮮なオレンジで農家が作った自家製ドライオレンジ

グランド・セントラル・マーケット
Grand Central Market

毎日8:00～22:00

LA庶民の食卓を支え続ける

ダウンタウンにある常設のファーマーズ・マーケット。1917年以来LAの庶民の台所を支えている。テイクアウトできる南米やアジア系レストランもある。

ダウンタウン MAP P.66 G-2
所 317 S. Broadway 交 メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン)Pershing Square駅から徒歩5分 ☎213-624-2378 休 無休
URL www.grandcentralmarket.com

細長い店内に食品店やレストランがぎっしり

少量でも買えるので新鮮なフルーツにトライしてみよう

ファーマーズ・マーケット
Farmers Market

月～金曜9:00～21:00
土曜9:00～20:00
日曜10:00～19:00

常設のファーマーズ・マーケット

1934年開業のファーマーズ・マーケットの草分け。新鮮な野菜、果実はもちろん魚や肉、手作りケーキ・クッキーを売る店などが軒を連ねる。カフェやレストランもあるのでランチにも◎。

ミッド・ウィルシャー MAP P.64 E-4
所 6333 W. 3rd St 交 3rd St &Fairfax Ave.の交差点からすぐ ☎323-933-9211 休 無休
URL www.farmersmarketla.com

ファーマーズ・マーケットのシンボルの時計台

1 自社ブランドの「365」も人気 2 色鮮やかなオーガニックの野菜やフルーツ 3 サラダの具材も豊富 4 中東料理などもあるので試してみたい

オーガニック商品はやっぱりココね

棚にぎっしりの商品に目移りしてしまうほど

ヘルシー志向のローカル御用達!

オーガニックスーパー

環境や健康への関心が高いLAでは、安全で安心な食物を求める人たちがいっぱい。だからオーガニック・スーパーはいまや大注目。

人気のヘルシーマーケットへ!

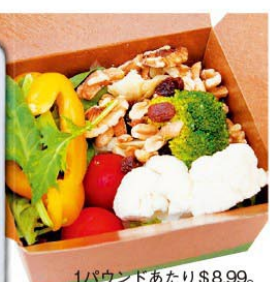
ランチはデリをテイクアウト

サラダや温かな総菜がずらりと並ぶ、好きなものを好きなだけ、手軽に買えるデリは超便利。

ヘルシーみやげはここで決まり!

値段が手頃なヘルシーフードはおみやげにぴったり。めずらしいスナックも要チェック!

デリ利用のHow To

1 デリは1パウンド(約450g)いくらという量り売り。テイクアウト用のボックスに、欲しい総菜を好きなだけ取る。
2 総菜を入れ終わったら、ボックスをレジに持っていってお金を払えばOK。

1パウンドあたり$8.99。写真のボックスは0.5パウンド分のサラダ

日本ではあまり見かけないビーツのチップス$3.99

ハウスブランド365のスパイスとハーブ各$2.99

トマトとクリーム味のインスタントのパスタソース各$1.59

旬の果実を自然乾燥させたドライフルーツ$4.99

ホールフーズ・マーケット
Whole Foods Market

オーガニック・スーパーの代名詞というべき店

品質、品ぞろえともにピカイチ。生鮮食料品だけでなく、オーガニックのコスメやサプリメント、オリジナルブランドも充実している。デリも人気。

ベニス店
ベニスMAP P.67 B-3
所225 Lincoln Blvd 交サンタモニカ・プレイスから車で6分 ☎310-566-9480
営6:30～22:00 休無休 カードV、M、A
URL www.wholefoodsmarket.com

ビバリーヒルズ店
ビバリーヒルズMAP P.65 C-1
所239 N. Crescent Dr 交ロデオから徒歩5分 ☎310-274-3360 営7:00～22:00 休無休

ダウンタウンLA店
ダウンタウンLA店MAP P.66 F-3
所788 S Grand Ave 交メトロ・レッドライン(Bライン)7th St/Metro Center駅から徒歩5分
営7:00～22:00 休無休

シリアルだけでもこの種類の多さ!

トレーダー・ジョーズ
Trader Joe's

リーズナブルな価格がうれしい

ホールフーズと双璧の人気のオーガニック・スーパー。自社で開発したハウスブランドの食品やコスメも種類豊富。品質が良いわりに、手頃な価格の商品が多いのも魅力。

ドクロの絵が辛さを表す? スパイシータコソース$1.99

グラインダーに入ったレモンペッパー(右)とガーリックソルト(左)各$1.99

マシュマロをチョコでコーティング。ボックスもキュート。$2.99

ウエスト・ハリウッド店
ウエスト・ハリウッドMAP P.64 E-2
所8000 West Sunset Blvd 交サンセットプラザから車で4分
☎323-822-7663
営9:00～22:00 休無休

ビバリーヒルズ店
ビバリーヒルズMAP P.65 D-4
所8500 Burton Way 交ビバリーセンターから徒歩5分
☎310-248-2984
営9:00～21:00
休無休

サンタモニカ店
サンタモニカMAP P.67 D-2
所11755 W. Olympic Blvd 交サンタモニカ・プレイスから車で8分 ☎310-477-5949
営8:00～21:00 休無休 カードV、M、A URL www.traderjoes.com

エレウォン
Erewhon

人気急上昇中のスーパー

ビバリー・ブールバードにオープンしたころから、オーガニックのスーパーマーケットとして評判だった店。今ではLA各地に出店している。厳選された食材やドリンクなどが豊富に並ぶ。

サンタモニカMAP P.67 C-1
所2800 Wilshire Blvd 交サンタモニカ・プレイスから車で7分 ☎424-433-8111 営7:00～23:00 休無休
カードV、M、A URL www.erewhonmarket.com/

ヘルシーなバナナとクルミのスナック$7

アイスクリームのフリーズドライ。サクサクの食感だが味はアイスクリーム$8.29

サワークリーム&オニオンフレーバーのケールのチップス$7.49

LA雑貨セレクション

アメリカン雑貨は、おしゃれなデザインでありながら、実用性や機能性もあって、おもわず買いたくなっちゃう物ばかり。自分用やおみやげ用に喜んでもらえるポップでかわいい雑貨をチェック!

ちょっとおしゃれなおみやげ探しにぴったり

女子力アップのお手伝い ステーショナリー

華やかでかわいい色使いのステーショナリーは、日常を楽しくするアイテム。センスが光る品を手にすれば、できる女子に見えること間違いなし。

お買い物リストのメモパッド。冷蔵庫に貼れるマグネットつき $10.95 B

ポップなデザインがおしゃれ

マーカー、色鉛筆、鉛筆削りとノートのセットバッグがキュート$18 C

昔のTVで見たような美女たちがほほ笑むレトロな付箋 各$4.30 B

なりたい自分になるための目標と夢をノートにリストアップ $16.95 B

ポップなデザインがおしゃれな、デイリープランナー 各$15.50 A

バラマキみやげにGOOD!

幾何学模様の付箋で合計60枚。色違いもあり $8 C

パスポートやカード、お札などが入れられるオーガナイザー$36 C

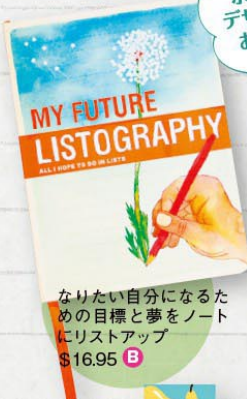
フルーツの描かれたポストカード、インテリアとして飾っても。$10 C

1枚で便箋と封筒の役目をする折り紙レターセット赤いドットのシール付き$12 C

女子好みのカードやノートを取り揃えたアーバニック・ペーパー・ブティック A

見ているだけで時間が経つのを忘れちゃう

お料理が楽しくなるレシピカード $12.95とレシピケース $17.95 A

1本のスチールをループ状にしたレターラック。色は4色。各$20 C

A アーバニック・ペーパー・ブティック
Urbanic Paper Boutique

お店のディスプレイもキュート

型押しや手書きのカード、デザイン重視の紙製品など選び抜かれた品揃え。気の利いたおみやげ探しにもぴったりのお店。

アボット・キーニー MAP P.67 B-3
所1644 Abbot Kinney Blvd 交サンタモニカ・プレイスから車で12分
☎310-401-0427 営10:00〜19:00（日曜は〜18:00） 休無休
カードV、M、A URL www.urbanicpaper.com

B ペーパー・ソース
Paper Source

美しいラッピンググッズがいっぱい

和紙に出会ったオーナーが1983年シカゴに紙の専門店を開いたのが始まり。特にラッピングペーパーは手作りの良質なものが多数。

サンタモニカ MAP P.67 A-5 ／ P.36
所309 Wilshire Blvd 交サンタモニカ・プレイスから徒歩9分
☎310-255-7988 営10:00〜19:00（木〜土曜は〜20:00） 休無休
カードV、M、A URL www.paper-source.com

C ポケト
Poketo

アーティスティックな小物が充実

おしゃれな小物やインテリアグッズが評判のポケト。バラエティに富む、美しい色使いのステーショナリーがずらりと並ぶ。

ダウンタウン MAP P.62 F-3
所777 S. Alameda St（ROW DTLA） 交メトロ・バス60・62・760番で7th&Alameda下車徒歩5分 ☎213-372-5686
営11:00〜17:00 休無休 カードV、M、A URL www.poketo.com/

D シティ・ターゲット
City Target

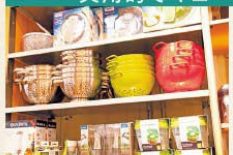
お手頃価格のオモシロ雑貨

カラフルで遊び心がある雑貨や、キッズ向けのグッズが豊富で人気のお店。どれもお手頃価格で手に入るのもうれしい。

ダウンタウン MAP P.66 F-2
所735 S. Figueroa St 交メトロ・レッドライン（Bライン）/パープルライン（Dライン）/ブルーライン（Aライン）/エクスポライン（Eライン）7th St/Metro Center駅から徒歩5分 ☎213-330-4543 営7:00〜24:00（土曜は8:00〜） 休無休 カードV、M、A URL www.target.com

E スー・ラ・ターブル
Sur La Table

→詳細はP.36

実用的でキュートなキッチン用品

その数、3万アイテムというキッチンウエアを扱う。シンプルな物から、色使いやデザインもおしゃれなものが多く、欲しいものはたいてい見つかる。

種類も色も豊富だと選ぶ楽しみも倍増

料理好きにはたまらない品揃えのスー・ラ・ターブル E

技アリ!楽らくクッキング

キッチン用品

遊び心があって、しかも実用的なのがアメリカのキッチン用品。使ってみればその便利さに大満足。これで料理の腕もアップするかも!?

エプロンは魅力女子への近道

バラマキみやげにGOOD!

ケチャップやディップソースを入れるのに丁度良い大きさのディップボウル 3個セット 各$1.99 D

お菓子を包んだり、ラッピングにも使えるペーパーナプキン $2.29（上）、$2.79（下） D

形はシンプルだけど華やかな印象。エプロンは$35〜 E

切り口が変色しないレタス専用の包丁。サラダ作りに最適 $2.99 D

かわいい目玉焼きで朝から楽しく

洗い物も楽しくなりそうなグローブ $15.95 E

目玉の部分に黄身を落とすだけでカワイイ目玉焼きができるエッグモールド $10 E

キッチンの飾りにもなるソフトクリーム型のキッチンタイマー $9.95 E

真ん中から手を入れて使える、コンパクトで可愛い鍋つかみ $9.95 E

野菜やフルーツの皮むきに便利なピーラー 3個セット$15 E

グスポット

ロデオ・ドライブやモールも楽しいけど、街中のショップでの買い物も魅力的。コスメ・バスグッズからファッションまで、おすすめのショップをご紹介。

女子力UPならお任せ LA メイク&バスコスメ COSMETICS&BATH COSMETICS

美も癒しもお任せLAのコスメグッズを紹介

欲しいコスメが必ず見つかる
セフォラ
Sephora

言わずと知れたコスメのデパート。地元コスメからブランド、ドクターズコスメまで幅広い商品が一堂に会する。日本未上陸品も多く扱っているので探すのも楽しい。

ビバリーセンター店

MAP P.65 D-4 ビバリーヒルズ
所8500 Bevery Blvd 交La Cienega Blvd & Beverly Blvdの交差点 ☎310-657-9670 営10:00~21:00（土曜~20:00、日曜11:00~18:00）休無休
カードV、M、A URL www.sephora.com

ハリウッド&ハイランド店

MAP P.66 E-4 / P.33 ハリウッド
所6801 Hollywood Blvd 交メトロ・レッドライン(Bライン) Hollywood/Highland駅からすぐ ☎323-462-6898
営10:00~21:00（日曜~20:00）休無休

サンタモニカ店

MAP P.67 A-5 / P.36 サンタモニカ
所1244 Third St 交サンタモニカ・プレイスから徒歩8分
☎310-395-3460 営10:00~22:00（日曜~21:00）
休無休

LAベースの注目のコスメメーカー
Hourglass
アワーグラス

カリフォルニアのベニス・ビーチ生まれのメーカー。肌の負担となるパラベンやグルテンを使わない肌に優しい化粧品。

➡保湿成分を配合。オペーク・ルージュ・リキッドリップスティック$28

安全安心ナチュラル志向の女子に人気
Fresh
フレッシュ

シュガーやはちみつ、大豆などナチュラル素材を使って作った、アメリカでも人気のコスメブランド。幅広いラインナップ。

➡透明感ある色づきが特徴。シュガー・ローズ・リップトリートメント$24

⬅ビブラント&ライブリークリームアイシャドウ$18

ポップなパッケージも人気
Buxom
バクサム

持っているだけで楽しくなりそうなパッケージと、ちょっと派手めなカラーがロコの女の子たちに人気。

プロユースから始まったコスメ
Smashbox
スマッシュボックス

マックスファクター創業者の孫たちが立ち上げたメーカー。プロが納得する発色のキレイさと確かな品質が魅力。

➡ベースシャドウ、コントロールカラー、ハイライトをパッケージ。アイシャドウトリオ$22

オートミールの石けん

⬇アーモンドとオートミールの石けん。ピーリング効果もある。$2.99

ココナッツ・ボディ・バター

⬆ココナッツ・オイル、シアバター、ビタミンE入り$5.49

品質が良くてお手頃価格のバスコスメならここ!
トレーダー・ジョーズ
Trader Joe's

カリフォルニア生まれのオーガニックスーパー。オリジナルブランドの製品も多く、リーズナブルかつコストパフォーマンスに優れたラインナップが地元の人に大人気。

→詳細はP.51

トレーダー・ジョーズのオリジナルローション

➡なめらかなテクスチャーのハンド&ボディローション$4.99

365マキシマム・モイスチャー・ボディローション

⬆ホールフーズ・オリジナルブランド365のボディローション$3.45

幅広いオーガニック製品の品揃えを誇る
ホールフーズ・マーケット
Whole Foods Market

オリジナルの365シリーズをはじめとして、様々なブランドのバスコスメが揃う。ローカルブランドの販売にも力を入れており、LAや近郊のメーカーの製品も充実している。

→詳細はP.51

バスボム

⬆心地よい香りでお肌もすべすべになるオリジナルのバスボム各$2.99

オーラ・カシアのバスソルト

⬆アロマセラピー効果のあるミネラルバスソルト各$3.39

リーズナブルなのも魅力

マストGO!なショッピン

ストロー素材のバッグは春先から夏にかけて活躍

Total $75.96

A細身のフード付きパーカー　Bディテールに凝っているオレンジのきれいなタンクトップ　C履き心地がラクなスエット地のパンツ　D歩きやすさもデザインも◎のキャンバス地のシューズ

ボーイフレンドデニムで大人カワイイコーデ

$12.98 A　$19.99 B　C　$29.32

Total $62.29

Aコットンのタンクトップ、白のみは$4.99、ブルーのみは$7.99　Bボーイフレンドデニム、裾をくるっと巻いて足首をほっそりと　Cアクセント小物の革製の白い小さなポシェット

光沢あるピンク色が鮮やかなロングストール

有名ブランドも格安でGet!!

オフプライスストア Off-price store

デザイナーズブランドのワンピやシューズ、バッグが大幅割引で手に入る。山のような商品の中からお宝を探し出して!

Total $63.67

$36.97 A

Aブルーが鮮やかなストレッチ素材のワンピース、タックがボディラインを引き立てる　B肌をきれいに見せるゴールドの革のサンダル

クールビューティ系モテワンピコーデ

ちょっぴりゴージャス、スパンコールのパーティ用バッグ

$26.70

ブランド品がお買い得価格に
マーシャルズ
Marshalls

地元の女子にも人気のストア。ブランド物のシーズン落ちやアウトレット品が割引価格で買える。コーチやケイト・スペードなど高級ブランド品が並ぶことも。

ビバリーヒルズ　MAP P.65 D-4
所8480 Beverly Blvd 交ビバリーセンターから徒歩すぐ
☎323-951-1942 L9:30～21:30（金・土曜～22:00、日曜10:00～20:00）休無休 カードV、M、A

数多い商品からお気に入りをゲット
TJマックス
TJ Maxx

広い店内には、ハンガーにかかった商品がずらりと並ぶ。有名アメリカンデザイナーの服や、ブランドの靴・バッグもあり30%～60%オフで手に入る。

ビバリーヒルズ　MAP P.65 D-4
所8487 W. 3rd St 交ビバリーセンターから徒歩すぐ
☎323-944-0326 L9:30～21:30（日曜10:00～20:00）
休無休 カードV、M、A

クオリティの確かな物ばかり
ノードストローム・ラック
NORDSTROM raok

高級デパートのノードストロームのアウトレット。カジュアル系からドレッシー系まで広いラインナップ。シューズは高級ブランドがかなり安めに購入できる。

ビバリーヒルズ　MAP P.65 D-4
所100 N. La Cienega Blvd 交ビバリーセンターから徒歩すぐ ☎323-602-0282 L10:00～21:30（日曜11:00～20:00）
休木曜 カードV、M、A URL www.nordstromrack.com

Los Angeles

買い物も観光もひとり占め！ホテルセレクション

広大なエリアにいろいろな見どころが点在するロサンゼルス。ホテル選びは、行きたいところ、やりたいことでチョイスするのがコツ！ホテルライフも充実すれば、ぐ〜んと素敵な旅の思い出ができる。

世界の要人たちも宿泊する格調高いダウンタウンの老舗ホテル

ミレニアム・ビルトモア・ロサンゼルス

Millennium Biltmore Hotel Los Angeles

MAP P.66 F-2 ダウンタウン

ダウンタウンの主要な観光名所に車で数分、または徒歩で行くことができる。ハリウッドなど、ほかのエリアの観光地にアクセス可能なメトロの駅にも近く利便性が高い。館内のラグジュアリーな雰囲気は非日常感満点。

所506 S. Grand Ave
交メトロ・レッドライン（Bライン）／パープルライン（Dライン）Pershing Square駅から徒歩すぐ
☎213-624-1011 室683室
料ウェブで確認 カードV、M、A、J
URL www.millenniumhotels.com/usa/millenniumbiltmorelosangeles

1ゆったりと、くつろげるゲストルーム 2ホワイトハウスやバチカンも手がけた、イタリア人画家ジョバンニ・スメラルディが描いたロビーの天井は圧巻、一見の価値がある 3 1923年創業の歴史を感じさせる

インターコンチネンタル・ロサンゼルス・センチュリー・シティ

InterContinental Los Angeles Century City

主要エリアへのアクセスもよく観光にもビジネスユースにも◎

MAP P.65 B-5 センチュリー・シティ

ビバリーヒルズに隣接する、センチュリー・シティの中心に位置する高級感あふれるホテル。至近距離には、トリー バーチやコーチ、高級スーパーのゲルソンズ、レストランなどを擁する地元で人気のモール、ウエストフィールド・センチュリー・シティもある。

所2151 Ave of the Stars
交トゥー・ロデオから車で6分
FREE 1-800-327-0200 室363室
料Q $269〜 カードV、M、A URL www.intercontinentallosangeles.com

1ゲストルームは落ち着いたトーンと上質のインテリアで快適な空間を作り出している 2小さな三角の屋根が目印。隣にはFOXスタジオが 3アベニュー・オブ・ザ・スターズの通りに面している 4スパは地元でも人気

ロデオ・ドライブやサンタモニカへのアクセスが抜群

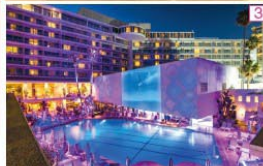
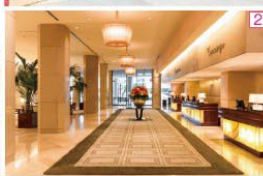
ザ・ビバリー・ヒルトン

The Beverly Hilton

MAP P.65 B-4 ビバリーヒルズ

ゴールデングローブ賞の授賞式会場としても知られる、ビバリーヒルズに位置する高級ホテル。シックな内装の客室からは美しいシティビューも望め、ラグジュアリーな滞在が楽しめる。主要観光スポットへのアクセスも良い。

所9876 Wilshire Blvd 交トゥー・ロデオから車で3分 ☎310-274-7777 室566室 料$250〜 カードV、M、A URL https://hiltonhotels.jp/hotel/beverly-hills/the-beverly-hilton

1ウィルシャー・ブールバードとサンタモニカ・ブールバードの間に建つ 2清潔感ある機能的なロビー 3美しくライトアップされるプール 4リラックスできる落ち着いたトーンのゲストルーム

ラックス・ロデオ・ドライブ

Luxe Rodeo Drive Hotel

MAP P.65 B-2 ／ P.34　ビバリーヒルズ

ブランドショップ街を散策できる

高級ショッピング街のロデオ・ドライブ沿いに位置する優雅なブティックホテル。客室は、モダンヨーロピアン調のエレガントな雰囲気。1階には高級ブティックも入っている。

所360 N. Rodeo Dr　交トゥー・ロデオから徒歩2分　☎310-273-0300　FREE866-589-3411
室88室　料Q/K $269～　カードV、M、A、J　URL www.luxehotels.com

シャトー・マーモント

Chateau Marmont

MAP P.64 E-2　ウエスト・ハリウッド

映画のセットさながらのホテル

フランス・ロワール地方の城を模したブティックホテルで、サンセット・ブールバードを見下ろすセレブの常宿。客室から見えるガーデンには屋外温水プールもある。

所8221 Sunset Blvd　交サンセット・ストリップのサンセット・プラザから車で4分　☎323-656-1010
室63室　料Q $450～　カードV、M、A　URL www.chateaumarmont.com

オーランド

The Orlando Hotel

MAP P.64 E-4　ミッド・ウィルシャー

立地の良さとサービスが自慢

ビバリーセンターから徒歩圏内にあるホテル。滞在中は、屋外にある海水プールやフルサービスのスパも利用できる。周辺には人気のおしゃれカフェやデリも多い。

所8384 W. 3rd St　交ビバリー・センターから徒歩5分　☎323-658-6600
室95室　料K $239～　カードV、M、A、J　URL www.theorlando.com

クレセント

The Crescent Hotel

MAP P.65 B-1 ／ P.34　ビバリーヒルズ

ホスピタリティあふれるホテル

以前映画スターたちが住んでいたアパートを改装したブティックホテル。客室は落ち着いたモダンなインテリア。ビバリーヒルズの中心地まで徒歩10分内で、ホールフーズも近い。

所403 N. Crescent Dr　交トゥー・ロデオから徒歩7分　☎310-247-0505　室35室
料Q $308～　カードV、M、A、J　URL www.crescentbh.com

カーメル・バイ・ザ・シー

Hotel Camel by the Sea

MAP P.67 B-5 ／ P.36　サンタモニカ

ショッピングを楽しみたいならここ

サンタモニカの中心地に位置し、サード・ストリート・プロムナードやサンタモニカ・プレイスまで数分。客室もレトロな雰囲気で趣がある。スタッフたちもフレンドリー。

所201 Broadway　交サンタモニカ・プレイスから徒歩2分　☎310-451-2469
室90室　料Q $188～　カードV、M、A　URL www.hotelcarmel.com

ロウズ・サンタモニカ・ビーチ

Loews Santa Monica Beach Hotel

MAP P.67 C-5　サンタモニカ

美しいオーシャンビューが自慢

サンタモニカ・ビーチに面したリゾートホテル。大きなパティオがついた部屋からは、ビーチが一望できる。オーガニックを使ったスパトリートメントも人気。

所1700 Ocean Ave　交サンタモニカ・プレイスから徒歩7分　☎310-458-6700
室347室　料K/D+D $316～　カードV、M、A　URL www.loewshotels.com

フォーポイント・バイ・シェラトン・アナハイム

Four Points by Sheraton Anaheim

MAP P.62 H-5　アナハイム

徒歩でディズニーリゾートに行ける

部屋は広めで心地よく、スタッフも親切なので快適な滞在ができる。NBLエンゼルスのホームグランドにも近く、アナハイムの観光には便利な立地にある。

所1221 S. Harbor Blvd　交ディズニーランド・リゾート正面ゲートから徒歩12分
☎714-758-0900　室246室　料$92～　カードV、M、A
URL www.marriott.co.jp/hotels/travel/snafp-four-points-anaheim/

オー

O Hotel

MAP P.66 F-3　ダウンタウン

スタイリッシュなブティックホテル

ハリウッドやユニバーサルスタジオへのアクセスに便利で、コンチネンタルの朝食が付いている。館内にレストラン、フィットネスルームやスパも完備している。

所819 S. Flower St　交メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン)/ブルーライン(Aライン)/エクスポライン(Eライン)7th St/Metro Center駅から3分　☎213-623-9904　室67室
料D+D $179～　カードV、M、A　URL www.ohotelgroup.com

Hotel アドバイス Part 1

■料金は部屋単位が基本

通常1部屋いくらというルームチャージで、各部屋の定員まで宿泊できるかわり、1人で泊まっても料金は同じ。また2人定員の部屋でも、ベッドが2つあるとは限らない。なお、料金は季節や曜日で異なる。

■ホテルの部屋タイプ（本書では次のように表示します）

S…シングルもしくはダブルサイズのベッドが1つ(1人用)
Q/T…クイーンサイズが1つもしくはシングルサイズのベットが2つ(2人用)
K…キングサイズのベッドが1つ(1～2人用)
D+D…ダブルサイズもしくはクイーンサイズのベッドが2つ(2人用)
SU…スイートルーム(ベットとリビングルームが分かれている部屋)

■Hotel アドバイス Part 2 →P.95

モンドリアン・ロサンゼルス

Mondrian Los Angeles

MAP P.65 D-2　ウエスト・ハリウッド

ハイセンスでムーディ

サンセット・ストリップ上にあるホテル。大きな窓から街を一望できる客室は、白を基調にし、まるでショールームのよう。人気のスカイバーやプールでセレブな気分が味わえる。

所8440 W. Sunset Blvd　交サンセット・ストリップのサンセット・プラザから車で3分　☎323-650-8999
室237室　料SU $369～　カードV、M、A　URL www.mondrianhotel.com

写真提供カリフォルニア観光局

1 カリフォルニア最初のミッション 2 メキシコ風にアレンジされたシーザー・サラダ 3 サンディエゴ動物園にはこんなかわいいミーアキャットも 4 緑豊かなバルボアパークを散歩する地元の人たち 5 オールドタウンのショッピングモール 6 ガスランプ・クォーターを走るオールドタウン・トロリー

オールドタウンで会いましょう

LAからの1Dayトリップ

エキゾチックタウン サンディエゴ San Diego

南北に長く広大な面積を誇るカリフォルニアだが、最初に産声を上げたのはここサンディエゴ。西海岸で最も古い歴史があり情緒あふれるこの街の、さまざまなステキを見つけてみよう。

サンディエゴってこんな街

サンディエゴはメキシコと国境を接するカリフォルニア州最南端の街。西側には約110kmにも及ぶ風光明媚な海岸線が続き、ラ・ホヤやミッション・ビーチ、デル・マールと美しいビーチシティが点在する。

街にはさまざまな歴史スポットがあり、メキシコ風のエキゾチックな雰囲気も漂っており、その魅力は西海岸のほかの都市にも、ひけを取らない。

ビーチも歴史も個性豊かな街並みも、まるっと楽しみに繰りだそう。

➡美しいミッションにも足をのばしてみて

街めぐりはこれが便利!

オールドタウン・トロリー・ツアーズ
Old Town Trolley Tours

旅行者に利用価値大の市内周遊バス。市内の主要観光スポットを網羅しているので、効率的に回ることができる。もちろん1日乗り降りは自由。

運行時間 9:00〜18:00（冬季〜17:00、夏季〜19:00）
運転間隔 20分、1周2時間 休 無休
料 1日券$42（チケットはA、C、D、F、G、Jの停留所のブースで購入可） URL www.trolleytours.com

※オールドタウン・トロリー・ツアーズとは別に公共交通のサンディエゴ・トロリーもあり、ブルー、グリーン、オレンジの3路線が、市内中心部を走り郊外へと延びている。

サンディエゴへのACCESS

車でロサンゼルスから
ロサンゼルス・ダウンタウンから5号Santa Ana Fwyを南下、サンディエゴのダウンタウンへはFront Stの出口を降りる。所要時間約2時間。

アムトラックでロサンゼルスから
ロサンゼルス・ダウンタウンのユニオン・ステーション発サンディエゴ着のパシフィック・サーフライナーが毎日10本程度運行。所要時間は約3時間、片道$35.65。

飛行機で
ロサンゼルス国際空港からサンディエゴ国際空港までは、国内線が毎日14〜17便程度を運行している。所要時間は約55分。

オールドタウン・トロリー停車SPOT

- A Old Town Market
- B Maritime Museum/Star of India
- C Embarcadero Marina
- D Seaport Village
- E Marriott Marquis & Marina
- F Horton Plaza Park
- G Gaslamp Quarter
- H East Convention Center-Petco Park&Hilton Bayfront
- I Barrio Logan
- J Hotel Del Coronado
- K Balboa Park
- L Little Italy

オールドタウンの案内図もメキシコ風

サンディエゴ 観光スポット Best 5

テーマパークから市民の公園、歴史的な場所、夜遊びができる場所まで、見どころが充実しているサンディエゴで必ず押さえるべき、観光スポット・ベスト5を厳選！

1 海のテーマパークで特別な体験も シーワールド SeaWorld

ショーや巨大水槽で泳ぐ魚たちを見ることはもちろん。水族館のバックヤードツアーや、イルカの餌付け体験など家族で楽しめる。

MAP P.58 ミッション・ベイ

所500 SeaWorld Dr 交ガスランプ・クォーター中心部から車で16分 ☎619-222-4732 L11:00～18:00（曜日、季節により変更あり） 休無休 料$93.99～ カードV、M、A URL www.seaworldsandiego.com

1 ドルフィン・ポイントではドルフィン・コネクションでイルカに触れる 2 タートル・リーフでウミガメの世界へ 3 エイの世界にヒントを得た新しいアトラクション

©Mike Aguilera/Sea World San Diego

2 市民の憩いの公園 バルボアパーク Balboa Park

↑遊びに来ていた地元の学生 →広大な公園に数多くの施設が。塔のある建物はサンディエゴ人類博物館

←キッズが楽しめるスペースもたくさん

園内にはサンディエゴ動物園、博物館、美術館、劇場が集まる。スパニッシュコロニアル調の建築物は1915～16年に建てられたもの。

MAP P.58 バルボアパーク

所1549 El Prado 交オールドタウン・トロリー・ツアーズのBalboa Park下車 ☎619-239-0512 URL www.balboapark.org

3 夜も賑やかな繁華街 ガスランプ・クォーター Gaslamp Quarter

19世紀に最も栄えたエリア。現在はビクトリア調の建物を生かした再開発が進み。レストランやバーが軒を連ねる。

MAP P.58 ダウンタウン

所4th～5th Aveの間、北はBroadwayから南はHarbor Drに囲まれたエリア 交オールドタウン・トロリー・ツアーズのGaslamp Quarter下車、トロリー・グリーンラインGaslamp Quarter駅下車 URL www.gaslamp.org

4 サンディエゴ発祥の地 オールドタウン Old Town

↑オールドタウンのメキシコの民芸品の店

1769年入植のスペイン人が最初の教会を建てた場所。また1821年にスペインから独立したメキシコ人らの集落もあった。

MAP P.58 オールドタウン

所San Diego Ave at Twiggs St 交オールドタウン・トロリー・ツアーズのOld Town Market下車すぐ URL www.oldtownsandiegoguide.com

5 西海岸で最初に建てられた教会 サンディエゴ・ミッション Mission Basilica San Diego de Alcalá

教会内のギフトショップ

↑1931年に1813年当時の建物を再現建築された

オールド・タウンにあった教会を移築。青空に映える美しい姿は有名。内部の厳かなチャペルやパティオ、中庭も必見。

MAP P.58 サンディエゴ周辺

所10818 San Diego Mission Rd 交トロリー・グリーンラインのMission San Diego駅から徒歩12分 ☎619-281-8449 開9:00～16:30 休無休 料$5 URL www.missionsandiego.org

ランチ&ディナー 本格派の料理を賞味 カーサ・デ・レイズ・レストラン Casa de Reyes Restaurant

→伝統的な料理を提供。量が多いのでシェアして食べよう

↑開放的なオープンエアのレストラン

オールド・タウンにある本格派メキシコ料理レストラン。週末にはライブの演奏などもありメキシコムード満点に。

所2754 Calhoun St 交オールドタウン・トロリー・ツアーズのOld Town Market下車、徒歩5分 ☎619-220-5040 L10:00～21:00（金・土曜～22:00、日曜9:00～） 休無休 料$11～ カードV、M、A

サンディエゴの快適ホテル

ショッピングに食事に、観光地へのアクセスもと、欲張りな要求に応える3つのホテルをご紹介!

繁華街に近い抜群の立地 リパブリック・サンディエゴ・オートグラフ・コレクション Hotel Republic San Diego Autograph Collection

MAP P.58

所421 West B St 交ガスランプ・クォーター中心部から車で6分 ☎619-398-3100 室258室 料$121～ カードV、M、A URL www.marriott.co.jp/hotels/travel/sanya-hotel-republic-san-diego-autograph-collection/

ショッピングや食事にも便利 ウェスティン サンディエゴ ガスランプクォーター The Westin San Diego Gaslamp Quarter

MAP P.58

所910 Broadway Circle 交ガスランプ・クォーター中心部から徒歩9分 ☎619-239-2200 室450室 料$244～ カードV、M、A、J URL www.westingaslamp.com

ダウンタウンの中心に位置する ウエストゲートホテル The Westgate Hotel

ホートンプラザやガスランプ・クォーターまですぐの利便性が魅力。ヨーロッパのホテルを思わせるロビーの内装は息を飲む美しさだ。

↓ゆったりと広いゲストルーム。サンディエゴ湾に面した部屋は美しい夜景が見える

→設備も立地も快適なステイを約束

MAP P.58

所1055 2nd Ave 交ガスランプ・クォーター中心部から徒歩11分 ☎619-238-1818 室223室 料$329～ カードV、M、A URL www.westgatehotel.com

ロサンゼルスの市内交通

観光スポットが広域に散らばっているLAでは、レンタカーの利用が便利だが、最近はメトロレールが整備され、車なしで行ける範囲も急速に広がっている。LA全域を網羅するメトロバスは路線が多く複雑なので、事前にルートをチェックして。

ダッシュ・バス Dash Bus

平日と週末で運行が異なるので注意しよう

LADOT（ロサンゼルス市交通局）が運営するコミュニティバス。ダウンタウンを巡回するA～F線は観光にも便利。ほかに、ハリウッドやフェアファックスを巡回する路線もあり、旅行者に便利なのはハリウッド&ハイランドからロス・フェリッツを巡るHollywood線。土・日曜は運行時間が短かくなるので注意。料金は一律50¢で、乗車時に運賃箱へ入れる。Tapカードなら35¢。

URL www.ladottransit.com

メトロバス Metro Bus

MTAが運営する路線バス。LA全域をほぼ網羅している。路線が多く複雑だが、幹線道路を走る主要なルートを把握しておけばエリア間の移動に便利。ルートマップや時刻表はダウンタウンのユニオン駅などにあるMTAカスタマーセンターなどでもらえるほか、MTAのウェブサイトでもルートを検索できる。料金は1回$1.75で、乗車したら運賃箱に入れる。おつりはもらえないので、小銭を用意しておくこと。Tapカード利用時は運賃箱にカードをタッチする。ハイウェイを通るバスは、75¢の追加料金が必要。現金払いで乗り換えの際はその都度料金を支払う。Tapカードで乗車した場合は、ビッグ・ブルー・バスなど他市が運営する路線に50¢で乗り換えることができる。

URL www.metro.net

路線を把握して利用したい

メトロレール Metro Rail

MTA（ロサンゼルス郡都市交通局）が運営する近郊鉄道。LAダウンタウンを中心に、ハリウッド&ハイランドやユニバーサル・シティに行く「レッドライン（Bライン）」、パサデナへ行く「ゴールドライン（Lライン）」、ロングビーチへ行く「ブルーライン（Aライン）」、ロサンゼルス国際空港周辺まで延びる「グリーンライン（Cライン）」などがある。ダウンタウンからサンタモニカへのアクセスは「エクスポライン（Eライン）」が便利だ。各路線はダウンタウンの一部以外は地上を走っている。また、シルバーライン（Jライン）とオレンジライン（Gライン）は専用道路を走るバスでメトロバスウェイと呼ばれる。早朝から深夜まで5～20分間隔で運行しているが、安全のために夜間の利用は避けたほうが無難。料金は1回$1.75（シルバーラインは$2.50）。2時間以内ならほかのメトロレールやメトロバスへの乗り換えが可能。紙のチケットは廃止されたため、1回だけの乗車でもTapカードを購入する。

URL www.metro.net

レッドライン（Bライン）のハリウッド&ハイランド駅

便利なキップを利用しよう

Tapカード Tap Card

メトロレールやメトロバス、ダッシュ・バスなどで使えるプリペイド式のICカード。乗車時に改札機や運賃箱のTapカード読み取り部にタッチして使う。カードの購入やチャージはメトロレール駅の券売機などで。カード料金は$1（小売店などでの購入は$2）。

メトロ1日券 Metro Day Pass

メトロレールとメトロバス共通の1日乗車券。料金は$7で、1日に5回以上乗るならお得。券売機などでTapカードにチャージして使用する。翌日午前3時まで有効。ほかに、7日券$25、30日券$100などもある。

ビッグ・ブルー・バス Big Blue Bus

サンタモニカ周辺を回るときに便利

サンタモニカ周辺の観光の足。4thストリートを中心に、20の路線が走っていて、ベニス・ビーチやウエストウッド（UCLA）にいくのに便利。ロサンゼルス国際空港やLAダウンタウン行きの路線もある。料金は1回$1.25(Tapカード$1.10)で、Tapカード利用時は1回だけメトロレールやメトロバスへ乗り換えることができる。現金の場合は、乗車時に運賃箱へ入れる。おつりは出ないので小銭を用意しよう。1日券$4、7日券$14などのパスもある。

URL www.bigbluebus.com

メトロ・ラピッド Metro Rapid

停車するバス停が少なく、普通のバスより早く移動できる急行バス。約10分間隔で運行していて利用しやすい。路線番号は700番台で、とくにイースト・ロサンゼルス～ダウンタウン～サンタモニカを結ぶ720番は観光に便利。

真っ赤な車体がメトロラピッドの目印

観光案内所はこちら

ハリウッド・ビジター・インフォメーション・センター

MAP P.66 E-4 所6801 Hollywood Blvd
開9:00～22:00（日曜は10:00～19:00） 休無休

ビバリーヒルズ・ビジター・センター

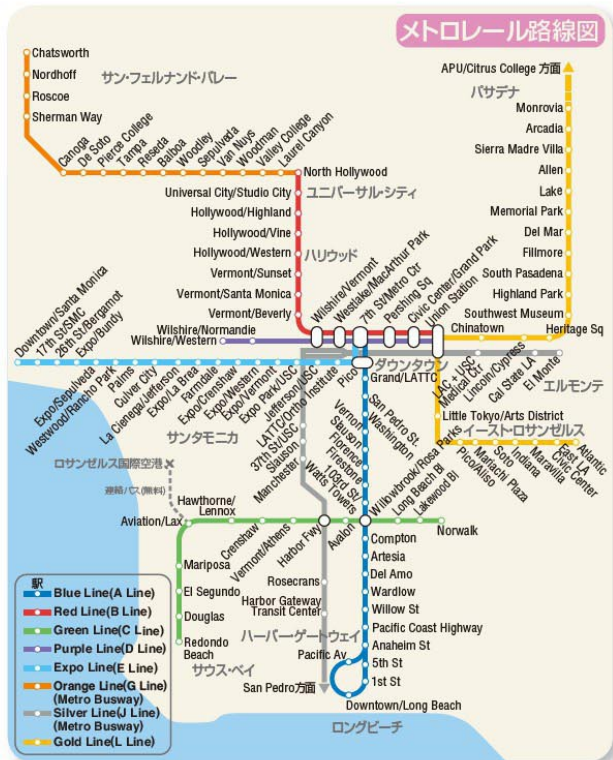
MAP P.65 B-1 所9400 S Santa Monica Blvd
開9:00～17:00（土・日曜10:00～） 休無休

サンタモニカ・メイン・ビジター・インフォメーション・センター

MAP P.67 B-2 所2427 Main St
開9:00～17:30（土・日曜～17:00） 休無休

タクシー Taxi

ロサンゼルスには流しのタクシーはいないので、電話で呼ぶか、タクシー乗り場から利用する。一流ホテルや大型ショッピングセンターの前にはタクシー乗り場があるので便利。夜遅くなった場合は安全を買うつもりでタクシーを利用しよう。ディナーの後なら、レストランでタクシーを呼んでもらうのがおすすめ。初乗り料金は$2.85。メーターの料金に、チップ15%を加算して支払う。

ドアは自動ではないので自分で開け閉めを

ロサンゼルス主要エリア間　アクセス早見表

M メトロレール　MR メトロ・ラピッド　MB メトロ・バス　BBB ビッグ・ブルー・バス

From ＼ To	Santa Monica	Beverly Hills	Hollywood	Melrose	The Grove	Downtown	Pasadena
Santa Monica		Wilshire Blvdから MR#720に乗り、Wilshire Blvd & Rodeo Drなどで下車。またはSanta Monica Blvdから MR#704に乗り、Santa Monica Blvd & Crescent Dr下車	Santa Monica Blvdから MR#704に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica Blvdで MR#780か MB#217に乗り換え。Hollywood Blvd & Highland Ave下車	5th Stから MR#720に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax Aveで MR#780か MB#217に乗り換え。Melrose Ave & Fairfax Ave下車	5th Stから MR#720に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax Aveで MR#780か MB#217に乗り換え。Fairfax Ave & 3rd St下車	サンタ・モニカ駅から M エクスポライン(Eライン)に乗り、7th St/Metro Ctr駅で下車。または MR#720、MR#704、MR#733、BBB#10を利用	Santa Monica Blvdから MR#704、MR#733、BBB#10に乗り、Union駅で M ゴールドライン(Lライン)に乗り換え。Memorial Park駅下車
Beverly Hills	Wilshire Blvd & Rodeo Drなどから MR#720に乗り、Santa Monica Blvd & 4th Stなどで下車。またはSanta Monica Blvdから MR#704利用		Santa Monica Blvdから MR#704か MB#4に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica Blvdで MR#780か MB#217に乗り換え。Hollywood Blvd & Highland Ave下車	Wilshire Blvd & Rodeo Drなどから MR#720か MB#20に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax Aveで MR#780か MB#217に乗り換え。Melrose Ave & Fairfax Ave下車	Santa Monica Blvd & Camden Drなどから MB#16に乗り、Fairfax Ave & 3rd St下車	Wilshire Blvd & Rodeo Drなどから MR#720を利用。6th St & Hope Stなどで下車	Santa Monica Blvdから MR#704に乗り、Union駅で M ゴールドライン(Lライン)に乗り換え。Memorial Park駅下車
Hollywood	Hollywood Blvd & Highland Aveから MR#780か MB#217に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica Blvdで MR#704に乗り換え。Broadway & 4th Stなどで下車	Hollywood Blvd & Highland Aveから MR#780か MR#217に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica Blvdで MR#704か MB#4に乗り換え。Santa Monica Blvd & Camden Drなどで下車		Hollywood Blvd & Highland Aveから MR#780か MB#217に乗り、Melrose Ave & Fairfax Ave下車	Hollywood Blvd & Highland Aveから MR#780か MB#217に乗り、Fairfax Ave & 3rd St下車	Hollywood/Highland駅から M レッドライン(Bライン)利用	Hollywood Blvd & Highland Aveから MR#780に乗り、Colorado Blvd & Fair Oaks Ave下車(平日)。または M レッドライン(Bライン)& M ゴールドライン(Lライン)利用
Melrose	Melrose Ave & Fairfax Aveから MR#780か MB#217に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax Aveで MR#720に乗り換え。Santa Monica Blvd & 4th Stなどで下車	Melrose Ave & Fairfax Aveから MR#780か MB#217に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax Aveで MR#720か MB#20に乗り換え。Wilshire Blvd & Rodeo Drなどで下車	Melrose Ave & Fairfax Aveから MR#780か MB#217に乗り、Hollywood Blvd & Highland Ave下車		徒歩約20分。またはMelrose Ave & Fairfax Aveから MR#780か MB#217、MB#218に乗り、Fairfax Ave & 3rd St下車	Melrose Aveから MB#10に乗り、Hill St & 5th Stなどで下車	Melrose Ave & Fairfax Aveから MR#780に乗り、Colorado Blvd & Fair Oaks Ave下車(平日)。または MB#217に乗り、Hollywood Blvd & Argyle Aveで MB#180か MB#181に乗り換え
The Grove	Fairfax Ave & 3rd Stから MR#780か MR#217に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax Aveで MR#720に乗り換え。Santa Monica Blvd & 4th Stなどで下車	3rd Stから MB#16に乗り、Santa Monica Blvd & Canon Drなどで下車	Fairfax Ave & 3rd Stから MR#780か MB#217に乗り、Hollywood Blvd & Highland Ave下車	徒歩約20分。またはFairfax Ave & 3rd Stから MR#780か MB#217、MB#218に乗り、Melrose Ave & Fairfax Ave下車		3rd Stから MB#16に乗り、6th St & Hope Stなどで下車	Fairfax Ave & 3rd Stから MR#780に乗り、Colorado Blvd & Fair Oaks Ave下車(平日)。または MB#217に乗り、Hollywood Blvd & Argyle Aveで MB#180か MB#181に乗り換え
Downtown	7th St/Metro Ctr駅から M エクスポライン(Eライン)に乗り、サンタ・モニカ駅で下車。または MR#720、MR#704、MR#733、BBB#10を利用	5th St & Grand Aveなどから MR#720に乗り、Wilshire Blvd & Rodeo Drなどで下車	Union駅から M レッドライン(Bライン)でHollywood/Highland駅下車	Hill St & 5th Stなどから MB#10に乗り、Melrose Ave & Fairfax Aveなどで下車	5th St & Grand Aveなどから MB#16に乗り、Fairfax Ave & 3rd St下車		Union駅から M ゴールドライン(Lライン)に乗り、Memorial Park駅下車
Pasadena	Memorial Park駅から M ゴールドライン(Lライン)に乗り、Union駅で MR#704、MR#733、BBB#10に乗り換え。Santa Monica Blvdなどで下車	Memorial Park駅から M ゴールドライン(Lライン)に乗り、Union駅で MR#704に乗り換え。Santa Monica Blvd & Canon Drなどで下車	Colorado Blvd & Fair Oaks Aveから MR#780に乗り、Hollywood Blvd & Highland Ave下車(平日)。またはMemorial Park駅から M ゴールドライン(Lライン)に乗り、Union駅で M レッドライン(Bライン)に乗り換え	Colorado Blvd & Fair Oaks Aveから MR#780に乗り、Melrose Ave & Fairfax Ave下車(平日)。または MB#180か MB#181に乗り、Hollywood Blvd & Argyle Aveで MB#217に乗り換え	Colorado Blvd & Fair Oaks Aveから MR#780に乗り、Fairfax Ave & 3rd St下車。(平日)。または MB#180か MB#181に乗り、Hollywood Blvd & Vine Stで MB#217に乗り換え	Memorial Park駅から M ゴールドライン(Lライン)に乗り、Union駅で M レッドライン(Bライン)、M パープルライン(Dライン)、M シルバーライン(Jライン)に乗り換え	

※上記は旅行者にわかりやすいと思われるルートですので、時間的に最短ルートとは限りません。

ロサンゼルス
LOS ANGELES
1:100,000
0 3km
1miles
周辺図 右図
観光スポットなど
レストラン
ホテル
エンターテイメント
デパート
ナイトスポット
ショップ
スターバックス
ホップオン・ホップオフ バス停
サンタモニカ山地
Santa Monica Mountains
ストーン キャニオン貯水池
Stone Canyon Res.
フランクリン キャニオン貯水池
Franklin Canyon Res.
ザ・バーバンク・スタジオ
The Burbank Studio
ワーナー・ブラザーズ・スタジオ
Warner Brothers Studio
P.33 ワーナー・ブラザーズ・スタジオツアー
Warner Brothers Tour
CBSスタジオ
CBS Studio
ユニバーサル・シティ/スタジオ・シティ駅
Universal City/Studio City Sta.
P.21・30・40 ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド
Universal Studios Hollywood
シェラトン・ユニバーサル
Sheraton Universal Hotel
ユニバーサル シティウォーク P.31
ヒルトン・ロサンゼルス/ユニバーサル・シティ
Hilton Los Angeles/Universal City
Mt.Hollywood ▲495
ハリウッド・サイン
Hollywood Sign
メトロ・レッド(B)ライン
Metro Red(B)Line
ハリウッド・ボウル
Hollywood Bowl
ハリウッド/ハイランド駅
Hollywood/Highland Sta.
Hollywood/Vine Sta.
ハリウッド
Hollywood
ウエスト・ハリウッド
West Hollywood
メルローズ
Melrose
ビバリーヒルズ
Beverly Hills
ロデオ・ドライブ
Rodeo Dr.
ミッド・ウィルシャー
Mid Wilshire
ロサンゼルス郡立美術館
メトロ・ラピッド704番
メトロ・ラピッド705番
メトロ・ラピッド780番
メトロ・ラピッド728番
センチュリー・シティ
Century City
P.64-65 ビバリーヒルズ/ハリウッド
ゲッティ・センター
The Getty Center
ラックス・サンセット・ブールバード
Luxe Sunset Boulevard Hotel
ウエストウッド
Westwood
P.41 カリフォルニア大学ロサンゼルス校
UCLA
ターゲット
Target
アーマンド・ハマー美術館
The Armand Hammer Museum
ブレントウッドCC
Brentwood C.C.
リビエラCC
Riviera C.C.
ランチョパーク・ゴルフ・コース
Rancho Park Golf Course
マリブ・ビーチ
メトロ・ラピッド720番
Metro Rapid
メトロ・エクスポ(E)ライン
Metro Expo(E)Line
Expo/Bundy Sta.
Expo/Sepulveda Sta.
Westwood/Rancho Park Sta.
Palms Sta.
26th St/Bergamot Sta.
17th St/SMC Sta.
サンタモニカ
Santa Monica
Downtown/Santa Monica Sta.
サンタモニカ空港
Santa Monica Airport
カルバー・シティ駅
Culver City Sta.
10番ビッグ・ブルー・バス
エクスポ/ラ・ブレア駅
Expo/La Brea Sta.
ファームデール駅
Farmdale Sta.
ラ・シェネガ/ジェファーソン駅
La Cienega/Jefferson Sta.
エクスポ/クレンショー駅
Expo/Crenshaw Sta.
ソニー・ピクチャーズ・スタジオ
Sony Pictures Studio
ソニー・ピクチャーズ・スタジオツアー P.33
Sony Pictures Studio Tour
カルバー・シティ
Culver City
メイシーズ
Macy's
ボールドウィン・ヒルズ クレンショー・プラザ
Baldwin Hills Crenshaw Plaza
ウエスト・ロサンゼルス大学
West L.A.College
メトロ・ラピッド733番
サンタモニカ・ビーチ
Santa Monica Beach
ベニス・ビーチ
Venice Beach
P.67 上図 サンタモニカ
リッツ・カールトン マリナ・デル・レイ
The Ritz-Carlton Marina Del Rey
ウエスト・フィールド
Westfield Culver City
コートヤード
Courtyard Los Angeles Westside
フォーポイント・バイ・シェラトン
Four Points By Sheraton Los Angeles Westside
マリナ・デル・レイ
Marina del Rey
メトロ・ラピッド710番
ロヨラ・メリーマウント大学
Loyola Marymount Univ.
イングルウッド
Inglewood
イングルウッド・パーク・セメタリー
Inglewood Park Cem.
フォーラム
The Forum
ハリウッド・パーク
Hollywood Park
ロサンゼルス国際空港(LAX)
Los Angeles International Airport
Ventura Fwy.
Moorpark St.
Ventura Blvd.
Laurel Canyon Blvd.
Mulholland Dr.
Beverly Glen Blvd.
Cold Water Canyon Dr.
San Diego Fwy.
Hollywood Fwy.
Hollywood Blvd.
Sunset Blvd.
Santa Monica Blvd.
Melrose Ave.
Beverly Blvd.
3rd St.
Olympic Blvd.
San Vicente Blvd.
Wilshire Blvd.
W. Sunset Blvd.
Washington Blvd.
Santa Monica Fwy.
Obama Blvd.
Pico Blvd.
Ocean Park Blvd.
Lincoln Blvd.
Pacific Ave.
Venice Blvd.
Culver Blvd.
Jefferson Blvd.
Marina Fwy.
Centinela Ave.
Florence Ave.
W. Manchester Ave.
Sepulveda Blvd.
La Cienega Blvd.
La Brea Ave.
Crenshaw Blvd.
Fairfax Ave.
Robertson Blvd.
S. Beverly Blvd.
Westwood Blvd.
Veteran Av.
S. Sepulveda Blvd.
S. Centinela Ave.
Vine St.
Metro Rapid

ビバリーヒルズ/ハリウッド
BEVERLY HILLS/HOLLYWOOD
1:30,000
0
1km
1/2miles
周辺図 P.63
観光スポットなど
レストラン
ホテル
エンターテイメント
デパート
ナイトスポット
ショップ
スターバックス
Hop on Hop off ホップオン・ホップオフ バス停
P.66 下図 ハリウッド
マウント・オリンパス
Mount Olympus
ウォルトルズ・ガーデン・パーク
Wattles Garden Park
ランヨン キャニオン・パーク
ユニバーサル・シティ駅
メトロ・レッド(B)ライン
Metro Red(B) Line
ハリウッド・ボウル
Hollywood Bowl
ベスト・ウエスタン・ハリウッド・プラザ・イン
Best Western Hollywood Plaza Inn
ヒルトン・ガーデン・イン
Hilton Garden Inn Los Angeles/Hollywood
ホリデイ・イン・エクスプレス
Holiday Inn Express Hotel & Suites Hollywood Walk of Fame
Franklin Ave.
アンダーズ ウエスト ハリウッド
Andaz West Hollywood
メトロ・ラピッド780番
ハリウッド&ハイランド
Hollywood & Highland
ハリウッド/バイン駅
Hollywood/Vine Sta.
ハリウッド/ハイランド駅
Hollywood/Highland Sta
ハリウッド・ルーズベルト・ホテル
Hollywood Roosevelt Hotel
ハリウッド P.21
Hollywood
Hollywood Blvd.
Selma Ave.
Hawthorn Ave.
グリドル・カフェ
Griddle Café
P.57 シャトー・マーモント
Chateau Marmont
P.40 サンセット・ストリップ
8000サンセット・ストリップ
8000 Sunset Strip
トレーダー・ジョーズ P.51
スタンダード ハリウッド
The Standard Hotel Hollywood
ウエスト・ハリウッド P.22
West Hollywood
ギター・センター
Guitar Center
W. Sunset Blvd.
ロス・ドレス・フォー・レス
Ross Dress For Less
ヘンソン・レコーディング・スタジオ
Henson Recording Studios
St. Ambrose Elementary School
De Longpre Ave.
Fountain Ave.
プルマー・パーク
Plummer Park
Lexington Ave.
ハリウッド・レクリエーション・センター
Hollywood Recreation Center
ゲルソンズ Gelson's
メトロ・ラピッド704番
Santa Monica Blvd.
ホールフーズ・マーケット
Whole Foods Market
キャンドル・デリリュウム
Candle Delirium
ザ・ロット・スタジオ
The Lot Studios
ベスト・バイ
Best Buy
レコード・プラント
Record Plant
ターゲット
Target
ハリウッド・フォーエバー墓地
Hollywood Forever Cemetery
Santa Monica Blvd. High School
Romaine St.
ポインセティア・レクリエーション・センター
Poincetia Recreation Center
Bancroft Junior High School
Vine Elementary School
Willoughby Ave.
パラマウント・ピクチャーズ・スタジオツアー P.33
パラマウント・スタジオ
Paramount Studios
カルリトス・ガルデル
Carlitos Gardel
リザレクション
Resurrection
ピンクス
Pink's
Waring Ave.
プロビデンス
Providence
パビリオンズ
Pavilions
メルローズ・アベニュー
Melrose Avenue
ブル・ジャム・カフェ
Blu Jam Cafe
Melrose Ave.
マリーノ
Marino Ristorante
ジョナサン・アドラー
Jonathan Adler
Fairfax High School
アーバン・アウトフィッターズ
Urban Outfitters
ピッツェリア・モッツァ
Pizzeria Mozza
オステリア・モッツァ
Osteria Mozza
オステリア・マンマ
Osteria Mamma
Clinton St.
W. Rosewood Ave.
Whitman High School
アントニオズ
Antonio's
アニマル
Animal
ゴールデン・ステイト
Golden State
ゴールデン・アップル
Golden Apple
Oakwood Ave.
Rosewood Ave.
Van Ness Elementary School
キングス・ロード・カフェ
Kings Road Cafe
ブルーボトル・コーヒー
Blue Bottle Coffee
ビバリー・ローレル
The Beverly Laurel Hotel
テローニ
Terroni
アンジェリーニ・オステリア
Beverly Blvd.
ウィルシャー・カントリー・クラブ
Wilshire Country Club
ヒロゼン Hirozen
フィッシュ・グリル
ソルト&ストロー
Salt & Straw
ロバートL.バーンズ・パーク
Robert L. Burns Park
ポルカドッツ&ムーンビームス P.49
Polkadots & Moonbeams
CBSテレビ・シティ
CBS T.V. City
パン・パシフィック・パーク
Pan Pacific Park
ストーン・アイランド
Stone Island
W. 1st St.
ビレッジ・ピッツェリア
Village Pizzeria
Library
トースト・ベーカリー・カフェ P.43
Toast Bakery Café
ファーマーズ・マーケット P.40・50
Farmers Market
ユニオン
Union
カフェ・ミディ
メゾン・ミディ
アメリカン・ラグ・シー
1st St.
グローブ P.40
The Grove
ジョアンズ・オン・サード
JOAN'S ON THIRD
ロス・ドレス・フォー・レス
ホールフーズ・マーケット
Whole Foods Market
CVS
Hancock Park Elementary School
オーランド P.57
The Orlando Hotel
Daniel Murphy High School
W. 2nd St.
3rd Street Elementary School
Marlborough School
W. 3rd St.
トレーダー・ジョーズ
Trader Joe's
ミッド・ウィルシャー
Mid Wilshire
ラ・ブレア
La Brea
W. 4th St.
アカデミーミュージアム P.17
Academy Museum
ロサンゼルス郡立美術館(LACMA) P.40
Los Angeles County Museum of Art
W. 5th St.
ブルー
Bleu
W. 6th St.
キンプトン・ホテル・ウィルシャー
Kimpton Hotel Wilshire
ハンコック・パーク
ラ・ブレア・タール・ピッツ
La Brea Tar Pits
John Burroughs Middle High School
ダウンタウン
Wilshire Blvd.
ピーターソン自動車博物館
Peterson Automotive Museum
メトロ・ラピッド720番
8th St.
W. 8th St.
W. Olympic Blvd.
W. 9th St.
Wilshire Crest Elementary School
La High Memorial Park
Wilton Elementary School
メトロ・ラピッド728番
Orympia Medical Center
Harold A Henry Park
メトロ・ラピッド710番
Whitworth Dr.
Edgwood Pl.
Los Angeles High School
Packard St.
12th St.
San Vicente Blvd.
W. Pico Blvd.
Dockweiler St.
Queen Anne Recreation Center
Country Club Dr.

ロデオ・ドライブ
RODEO DRIVE
1:7,000
0
100m
1/20mile
周辺図 P.65 下図
メトロ・ラピッド704番
ハリウッド
ファットバーガー
Bank of America
ビバリーヒルズビジター・センター P.60
バレリー・ビバリーヒルズ
Valerie Beverly Hills
セルフィッシュ
Selfish
クレセント P.57
The Crescent Hotel
ペーリー・センター
The Paley Center for Media
クレート&バレル
Crate & Barrel
イル・パスタイオ
Il Pastaio
アロー・ヨガ
サン・ローラン
ロロ・ピアーナ
ラルフローレン
ネートン・アル Nate'n Al
アリス&オリビア
インター・ミックス
P.34 プラネット・ブルー
Planet Blue
P.47 スプリンクルカップケーキ
Sprinkles Cupcakes
マックス・マーラ
ラコステ
ジョルジオ・アルマーニ
エルメス
MCM
シャネル
アンド アザーストーリーズ P.34
チーズ・ケーキ・ファクトリー
サラバチーニ
サングラス・ハット
Wells Fargo
K チョコレイティア
K Chocolatier
ル・パン・コティディアン P.43
Le Pain Quotidien
クラステーシャン
Crustacean
Il Bisconte イル・ビスコンテ
ゲス
ブルガリ
カルティエ
ロベルト・カバリ
COS
ルルレモン・アスレティカ
ウィリアムズ・ソノマ
ネスプレッソ・ブティック・バー
P.51 ホールフーズ・マーケット
デビッド・ヤーマン
ラックス・ロデオ・ドライブ P.57
Luxe Rodeo Drive Hotel
ボッタリー・バーン
イル・フォルナイオ
アンドサンズ・ショコラティエ
Brighton Coffee ブライトン・コーヒー
アヴァン・ギャルド
Avante Garde
マディソン
ハラリ
Harari
グッチ
プラダ
トッズ
マイケルコース
バリー
バレンシアガ
ドルチェ&ガッバーナ
ハリー・ウィンストン
コーチ
ヴァンクリーフ&アーペル
ビバリー・キャノン・ガーデン
Beverly Canon Garden
モンタージュ
Montage Beverly Hills
ディオール
バーバリー
ステファノ・リッチ
ジミー・チュー
ランバン
ルイ・ヴィトン
フェンディ
ティファニー
リモワ
噴水
トゥー・ロデオ P.34
Two Rodeo
メトロ・ラピッド720番
Wilshire Blvd.
ニーマン・マーカス
サックス・フィフス・アベニュー
ビバリー・ウィルシャー・フォーシーズンズ P.40
Beverly Wilshire Four Seasons
ジョン・トラボルタ邸
バージニア・ロビンソン・ガーデンズ
Virginia Robinson Gardens
P.22 ザ・ビバリーヒルズ・ホテル
The Beverly Hills Hotel
ウィル・ロジャーズ・メモリアル・パーク
Will Rogers Memorial Park
Hawthorne Elementary School
ホルムバイ・パーク
Holmby Park
ロサンゼルス・カントリー・クラブ
Los Angeles Country Club
ビバリーヒルズ P.22・34・41
Beverly Hills
P.22 ビバリー・ガーデンズ・パーク
ビバリーヒルズ市庁舎
ダ・パスクワーレ
Da Pasquale
ラ・ドルチェ・ヴィータ
La Dolce Vita
El Rodeo Elementary School
Hop on Hop off
P.56 ザ・ビバリー・ヒルトン
The Beverly Hilton
ペニンシュラ ビバリーヒルズ
The Peninsula Beverly Hills
ロデオ・ドライブ
Rodeo Drive
ラックス ロデオ・ドライブ
P.65 上図 ロデオ・ドライブ
スパゴ Spago
モザイク The Mosaic Hotel
メゾン140 Maison 140
ルースズ・クリス・ステーキ・ハウス
Ruth's Chris Steak House
アース・カフェ
Urth Cafe
Beverly Vista Elementary School
Beverly Hills High School
クレメンティーヌ
Clementine
ウエストフィールド・センチュリー・シティ
Westfield Century City
クラフト
Craft
メトロ・ラピッド728番
ロックスベリー・パーク
Roxbury Park
アバロン
Avalon Hotel
ペーパーバッグ・プリンセス
Paperbag Princess
センチュリー・プラザ
Century Plaza
センチュリー・シティ
Century City
ビバリーヒルズ・マリオット
Beverly Hills Marriott
Mr.C ビバリーヒルズ
Mr.C Beverly Hills
トレランス博物館
Museum of Tolerance
インターコンチネンタル・ロサンゼルス・センチュリー・シティ P.56
InterContinental Los Angeles Century City
20世紀フォックス・スタジオ
20th Century Fox Studios
ヒルクレスト・カントリー・クラブ
Hillcrest Country Club
KATANA カタナ
P.57 モンドリアン・ロサンゼルス
Mondrian Los Angeles
ヴァイパー・ルーム
ウイスキー・ア・ゴーゴー
Whisky A Go-Go
ザ・ロキシー・シアター
The Roxy Theater
サンセット・プラザ
サンセット・マーキーズ
ブック・スープ
ラマダ・プラザ
Ramada Plaza West Hollywood
アマローネ・キッチン&ワイン
Amarone Kitchen & Wine
ラ・ボエム
La Boheme
モントローズ・ウエスト
Montrose West
ル・パルク
Le Parc Suite Hotel
Pavilions パビリオンズ
ウエスト・ハリウッド・パーク
West Hollywood Park
トルバドール
Troubadour
P.46 ロザリン
Rosaline
パシフィック デザイン・センター
Pacific Design Center
マックスフィールド
Max Field
ビバリー・テラス
Beverly Terrace Hotel
P.35
Target ターゲット
ロバートソン P.35
Robertson
P.55 マーシャルズ
P.55 TJマックス
ノードストローム・ラック P.55
ブリストル・ファームズ
Bristol Farms
ロバートソン・ブールバード
Robertson Blvd.
P.35・40 ビバリー・センター
Beverly Center
セフォラ P.54
ビバリー・コネクション
Beverly Connection
ヴィスロイ エルミタージュ
Viceroy L'Ermitage
フォーシーズンズホテル ロサンゼルス アット ビバリーヒルズ
Four Seasons Hotel Los Angeles at Beverly Hills
P.51 トレーダー・ジョーズ
SLSホテル
SLS Hotel at Beverly Hills
P.44 バザー・バイ・ホセ・アンドレス
The Bazaar by José Andrés
Tagine タジン
Matsuhisa マツヒサ
ローリーズ・ザ・プライム・リブ
Lawry's The Prime Rib
スティンキング・ローズ
Stinking Rose
サバン劇場
Saban Theater
ボス・スシ
Boss Sushi
ラ・シエネガ・パーク
La Cienega Park
ナタリー・タイ
Natalee Thai
メトロ・ラピッド705番
サンタモニカ
ベル・エア
ウエストウッド
Sunset Blvd.
Santa Monica Blvd.
Wilshire Blvd.
W. Olympic Blvd.
W. Pico Blvd.

ダウンタウン
DOWNTOWN
1:20,000
0
500m
1/4miles
周辺図 P.62
チャイナタウン
Chinatown
Alpine Park
チャイナタウン駅
Chinatown Sta.
ヤン・チョウ
Yang Chow
ベスト・ウエスタン・ドラゴン・ゲート・イン
Best Western Dragon Gate Inn
フィリープ・ザ・オリジナル
Philippe The Original
メトロ・プラザ
Metro Plaza
ゴールド(L)ライン
Gold(L) Line
ビスタ・エルモッサ・ナチュラル・パーク
Vista Hermosa Natural park
Belmont High School
フィゲロア・プラザ
Figueroa Plaza
アーマンソン・シアター
Ahmanson Theatre
ミュージック・センター
Music Center
天使のマリア大聖堂
Cathedral of Our Lady of the Angels
マーク・テーパー・フォーラム
Mark Taper Forum
ドロシー・チャンドラー・パビリオン
Dorothy Chandler Pavilion
郡庁舎
Hall of Administration
証券取引所
Pacific Stock Exchange
バンカー・ヒル
Bunker Hill
P.21・39 オルベラ・ストリート
Olvera Street
トラックス
TRAXX
ユニオン駅
Union Station
P.39 ユニオン・ステーション
Union Station
シビック・センター
Civic Center
連邦裁判所
Federal Court House
L.A.センター・スタジオ
L.A. Center Studios
P.39 ウォルト・ディズニー・コンサートホール
Walt Disney Concert Hall
L.A.ダウンタウン
L.A. Hotel Downtown
シビック・センター/グランド・パーク駅
Civic Center/ Grand Park Sta.
グッド・サマリタン病院
Good Samaritan Hospital
World Trade Center ワールド・トレード・センター
P.21 ブロード
The Broad
ロサンゼルス現代美術館 P.39
MOCA
シティ・ホール
City Hall
連邦庁舎
Federal Bldg.
メトロ・ラピッド720番
レッド(B)ライン/パープル(D)ライン
Red(B) Line/Purple(D) Line
P.46 ポーターグリル ダウンタウンLA
ウェスティン・ボナベンチャー・ホテル&スイート・ロサンゼルス
The Westin Bonaventure Hotel & Suites Los Angeles
オムニ・ロサンゼルス
Omni Los Angeles Hotel
ロサンゼルス市警察
L.A. Police Dept.
ザ・メイフェア
The Mayfair Hotel
JCBプラザ ロサンゼルス
(カリフォルニア・プラザ2 17階)
日本総領事館
P.39・50 グランド・セントラル・マーケット
Grand Central Market
ダブル・ツリー・バイ・ヒルトン・ホテル ロサンゼルス・ダウンタウン
リトル・トーキョー/アーツディストリクト駅
Little Tokyo/Arts District Sta.
USバンク・タワー
中央図書館
ウィルシャー・グランド・センター
Wilshire Grand Center
P.56 ミレニアム・ビルトモア・ロサンゼルス
Millenium Biltmore Hotel Los Angeles
現代美術館別館
The Geffen Contemporary at MOCA
P.53 シティ・ターゲット
フィグ・アット・セブンス
Fig at 7th
ヒルトン チェッカーズ
Hilton Checkers Hotel
ミヤコ・ロサンゼルス
MiyakoHotel Los Angeles
全米日系人博物館
Japanese American National Museum
ニジヤ マーケット
セブンス・ストリート/メトロ・センター駅
7th St/Metro Center Sta.
ウォーター・グリル
パーシング・スクエア駅
Pershing Square Sta.
シェラトン グランド・ロサンゼルス
Sheraton Grand Los Angeles
パーシング・スクエア
ロキシー・シアター
ゴールド(L)ライン
JWマリオット
JW Marriott L.A.Live
リッツカールトン
The Ritz-Carlton
P.57 オー
O Hotel
メイシーズ
Macy's
シケイダ
Cicada
P.45 パーチ
Perch
ラストブック ストア P.21
P.20 リトル・トーキョー
Little Tokyo
東本願寺
P.17・20 アーツディストリクト
Arts District
ダウンタウン P.20
Downtown
LAシアター・ビル
LA Theatre Bldg.
パレス・シアター
P.21・39 L.A.ライブ
L.A. Live
ウルフギャング・パック バー&グリル
グラミー博物館
P.42 カッセルズ・ハンバーガーズ
Cassell's Hambergers
パシフィック・エレクトリック
Pacific Electric
リトル・トーキョー ショッピング・センター
Little Tokyo Shopping Center
マイクロソフト・シアター
Microsoft Theater L.A.Live
ラックス・シティ・センター
Luxe City Center
P.51 ホールフーズ・マーケット
Whole Foods Market
セシル
Cecil
市警察
L.A. Police Dept.
リトル・トーキョー南側のスキッド・ロウは危険なエリアです。昼間でも避けるようにしましょう(3rd St.、7th St.、S. Main St.、S. Central Ave.の内側のエリア)
P.13・39 ステイプルズ・センター
Staples Center
ブロードウェイ トレード・ビル
Broadway Trade Bldg.
連邦準備銀行
Federal Reserve Bank
スキッド・ロウ
Skid Row
コンベンション・センター
Convention Center
メトロ・ラピッド733番
メトロ・ラピッド720番
南カリフォルニア フラワー・マーケット
Southern California Flower Market
カリフォルニア・マート
California Mart
L.A.フラワー・マーケット
L.A. Flower Market
ブルー(A)ライン/エクスポ(E)ライン
Blue(A) Line/ Expo(E) Line
ピコ駅
Pico Sta.
ビッグ・ブルー・バス10番
メトロ・ラピッド745番
サンティ・アレイ P.39
The Santee Alley
Hop on Hop off
ハリウッド
HOLLYWOOD
1:9,200
0
100m
1/20mile
周辺図 P.64
P.33 マダム・タッソー ハリウッド
ハリウッド&ハイランド
Hollywood & Highland
(下表参照) P.32・40
ラ・フィットネス
La Fitness
マーシャルズ
Marshalls
ハリウッド/ハイランド駅
Hollywood/Highland Sta.
ハリウッドろう人形館
Hollywood Wax Museum
ムッソー&フランク
Musso & Frank
ステーション フード・マーケット
メトロ・ラピッド780番
Metro Rapid
フーターズ
H&M
ザラ
アーバン・マサラ
Urban Masala
メトロ・レッド(B)ライン
Metro Red(B) Line
ハリウッド/バイン駅
Hollywood/Vine Sta.
ルーズベルト・ホテル
The Roosevelt Hotel
ギネス ミュージアム
エジプシャン劇場
Egyptian Theatre
ウォーク・オブ・フェイム P.33・40
Walk of Fame
ハリウッドスターの壁画 P.33
Hollywood Murals-You Are the Star
リプリーズ・ビリーブ イット・オア・ノット
ピッグン・ウィッスル
Pig'n Whistle
エル・キャピタン・シアター
El Capitan Theatre
USAホステル
USA Hostels
ハリウッド&ハイランド
TCLチャイニーズ・シアター P.32
ドルビー・シアター P.32・40
セフォラ P.54
フレンチ・クレープ・カンパニー P.32
バビロンゲート P.32
ハリウッドセレブの邸宅ツアー(出発場所) P.34
ハリウッド・ビジター・インフォメーション・センター P.60
P.42 ウマミ・バーガー
Umami Burger

CISCO シスコ

1 サンフランシスコ湾にかかるゴールデン・ゲート・ブリッジ　2 お馴染みのフィッシャーマンズ・ワーフのシンボル・タワー　3 人気のエリア、ヘイズ・バレー

Let's Check! まずはエリアを把握しよう！ San Francisco Area

J オークランド
Oakland
サンフランシスコ湾を隔てた対岸にある街で、おしゃれなお店が続々出店中

A フィッシャーマンズ・ワーフ
Fisherman's Wharf
シーフードレストランやおみやげ物店が立ち並ぶ、サンフランシスコ随一の観光エリア

I バークレー
Berkeley
カリフォルニア大学バークレー校があり、リベラルな空気に包まれた街

H パシフィック・ハイツ＆マリーナ
Pacific Heights & Marina
ビクトリアン・ハウスが建ち並ぶ高級住宅地のパシフィック・ハイツ。お買い物が楽しい

G ヘイズ・バレー
Hayes Valley
ローカルが愛するスタイリッシュなエリアで、ハイセンスなショップやカフェが軒を連ねる

B ロシアンヒル＆テレグラフ・ヒル
Russian Hill & Telegraph Hill
「世界一曲がりくねった坂」で知られるロンバート・ストリートと、坂の上から見る海の景色は必見

C チャイナタウン＆ノース・ビーチ
Chinatown & North Beach
チャイナタウンは全米最大規模。その北のノース・ビーチはリトル・イタリーと呼ばれ、昔ながらの風情ある街並みが広がる

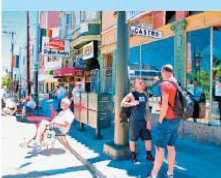
F カストロ＆ミッション
Castro & Mission
ゲイ・コミュニティのあるカストロ。ミッションは高感度なお店が多い

E ソーマ
SOMA
再開発が進行中で、おしゃれなナイトスポットが点在

D ユニオン・スクエア＆ノブ・ヒル
Union Square & Nob Hill
ユニオン・スクエアは街の中心。ノブヒルは高級ホテルが並ぶ閑静なエリア

海に囲まれ、急坂をケーブルカーが走る

サンフランシスコ

急な坂道、ケーブルカー、シーフード、ビクトリアンハウス、ゴールデンゲートブリッジ、ファッション……。いろいろな"素敵"が詰まったサンフランシスコはお楽しみの宝庫。好奇心を全開にして、遊びたおそう。

SAN ★ FRAN サンフラ

4ゆっくり走るケーブルカーは街の人気者　5美しいビクトリアンハウス　6ヘイト・アシュベリーのディケード・オブ・ファッションにあったブローチ

Let's Enjoy!
ディズニーも外せない

ウォルト・ディズニー・ファミリー・ミュージアム
The Walt Disney Family Museum

ウォルト・ディズニーの生涯とアートワークを紹介する博物館。歴代のミッキーや初期のアニメ原画などが並ぶ。

詳細はURL waltdisney.com

MAP P.99 D-1

注目! S.F. TOPICS

サンフランシスコでいちばん高いビル

セールスフォース・タワー
Salesforce Tower

2018年にオープンすると、すぐにダウンタウンのランドマークとなった。1階は誰でも入ることができ、土曜だけは61階の最上階まで上ることができる一般向けのツアーがある。1日4回で定員は1回50人。最上階は、サンフランシスコが360度見渡せるパノラマビュー。トップフロア行きツアーは土曜の11:00～18:00。MAP P.100 H-3 →詳細はwww.salesforcetowertours.com/

屋上は空中庭園で地元の人たちの憩いの場

セールスフォース・トランジット・センター
Salesforce Transit Center

2019年、4階建てのセンターの屋上に「空中ガーデン」と呼ばれる新時代の公園が誕生した。公園の下はバスセンター。広さ5.6エーカーの公園には樹木や草花が生い茂り、人びとの癒しの場所にもなっている。また、毎日のように趣味や教育的なイベントが無料で行われている。

MAP P.100 H-4

→詳細はP.81

"ロボットカフェ"が注目を集める

クリエイター
Creator

ハンバーガーを作っているのは、ハンバーガー製造ロボット。今最も注目を浴びているレストランのひとつだ。入り口で注文して支払いも済ませる。テイクアウトもイートインもOK。

MAP P.100 H-5

→詳細はURL creator.rest

サンフランシスコで体験したいこと BEST 6

体験したいこと! カリフォルニア・キュイジーヌで心もお腹も大満足

サンフランシスコは、西海岸随一の食の都。洗練されたカリフォルニア・キュイジーヌから屋台飯まで、おいしさいろいろ。

→詳細はP.88

体験したいこと! フィッシャーマンズ・ワーフでシーフードを買い食い

新鮮なシーフードの屋台が多いフィッシャーマンズ・ワーフ。好きなものを買って、海を見ながら食べたら最高に気持ちいい。

→詳細はP.74

体験したいこと! ゴールデン・ゲート・ブリッジを自転車でわたる

街のシンボルといえばゴールデンゲート・ゲート・ブリッジ。自転車でゆっくりわたれば、感激もひとしお。橋からの眺望も抜群。

→詳細はP.76

体験したいこと! おしゃれストリートでかわいいもの探し

フィルモアStやチェスナッツSt、ユニオンStは洗練されたアイテム、ヘイト・アシュベリーは個性的なアイテムがいろいろ。

→詳細はP.80

体験したいこと! ファーマーズ・マーケットでヘルシー&オーガニック体験

有名シェフも通うファーマーズ・マーケットは、観光客にも楽しい場所。ローカルのオーガニック・ライフをのぞき見しよう。

→詳細はP.78

体験したいこと! ケーブルカーでの～んびりお散歩

街の人気者、ケーブルカーは、どこでもマイペースでゴトゴト走る。有名な観光スポットも通るから、ぜひ、乗ってみて。

→詳細はP.72

Model Plan @ San Francisco!!

4泊6日モデルプラン

充実したサンフランシスコ旅行にするためには、きちんと計画を立てることが大切。おすすめのプランを紹介するので、参考にしてみて。

最新＆定番スポットをめぐる 王道プラン

1日目 サンフランシスコに到着！まずは最旬スポットへ

14:00 大人気の"空中庭園"を歩く ➡P.69・81

2018年にソーマに誕生したセールスフォース・タワーと隣接する空中公園が、ローカルの間で大人気。公園ではさまざまなイベントを開催。行ってみよう。

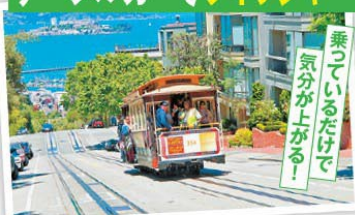
16:00 フェリービルディングでショッピング ➡P.79

歩いて12分ほどのフェリービルディングへ。1階のマーケットプレイスは、オーガニックや地産地消にこだわるショップが並んでいる。

18:30 シーフードに舌鼓 ➡P.88

海沿いのウォーターバーで、ベイ・ブリッジを見ながらディナー。17時までなら、カキが1個＄1.05で食べられるので早めに行くのも◎。

2日目 テッパン遊びをとことん楽しむ！

08:00 ケーブルカーでフィッシャーマンズ・ワーフへ ➡P.72

パウエル-ハイド線に乗って、この街随一の観光スポットへ。急な坂道をガタゴト走るケーブルカーからの眺めは、やっぱり格別。

08:30 ボウディンで朝食 ➡P.74

酸味のあるザワドー・ブレッドのなかをくり抜いてクラムチャウダーを入れた"名物パン"は、滞在中に一度は食べてみたいサンフランシスコの味。

09:30 フィッシャーマンズ・ワーフを散策 ➡P.74

シーフードを買い食いしたり、エンタメスポットで遊んだり、おみやげ探しを楽しんだり……。お楽しみが詰まったフィッシャーマンズ・ワーフを満喫しよう。

11:00 自転車でゴールデン・ゲート・ブリッジへ ➡P.76

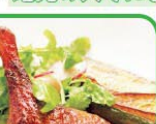
フィッシャーマンズ・ワーフで自転車を借りて、海沿いにゴールデン・ゲート・ブリッジを目指そう。街なかと違って走りやすいので、挑戦してみて。

14:00 サイクリングのおやつはココ ➡P.75

アイスクリームのテイクアウト専門店ノーマンズ・アイスクリーム＆フリーズィズで、アイスクリームを購入。海を見ながらひと休み。

15:00 おしゃれストリートをお散歩 ➡P.82

素敵なセレクトショップやナチュラル系のスキンケアアイテムが揃うお店、ローカルに人気のパン屋さんなどが並ぶストリートを散策。

18:00 地元の人でにぎわうカリフォルニア料理のお店へ ➡P.90

ノーパは予約がとりにくい店として知られるが、料理はどれも絶品。カジュアルな雰囲気なので、肩肘はらずに、気軽にディナーが楽しめる。

19:00 夕食はカジュアルなフレンチで ➡P.85

グルメ・レストランも多いヘイズ・バレーでのディナーは、ペティート・クレンで。白を基調とした居心地のいい空間で気軽に食事を楽しもう。

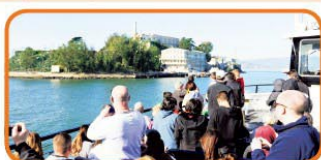
5日目 時間にゆとりを持って早めに空港へ行こう

07:00 ホテルをチェックアウト

1day こちらもおすすめ アレンジプラン

アルカトラズ島へ行こう！

09:30 ピア33からアルカトラズ島へ ➡P.77

サンフランシスコ湾に浮かぶアルカトラズ島は、脱獄不能といわれた刑務所。内部が見学できるツアーに参加して、上陸してみよう。

12:00 ランチはシーフード ➡P.75

アルカトラズ島から戻ってきたら、フォグ・ハーバー・フィッシュ・ハウスへ行こう。海を見ながら、のんびりランチを。

13:00 ゴールデン・ゲート・ブリッジまでサイクリング ➡P.76

時間と体力が許せば、自転車で橋をわたり、対岸のサウサリートから船でフィッシャーマンズ・ワーフまで戻ってくるのもおすすめ。

17:00 フィッシャーマンズ・ワーフを散策 ➡P.74

エンタメスポットのピア39、ショッピングモールのキャナリーやギラデリ・スクエアをぶらぶら歩いて、おみやげ探しをするのもいい。

ケーブルカーで街めぐり

P.72·73のテッパン遊びガイドも参考に

3日目 アメリカでいちばん有名なワインの産地ナパへ

08:00 ナパへ向けて出発！ ➡P.105

サンフランシスコからナパまでは車で約1時間30分。試飲をすることを考えると、ツアーに参加するのがおすすめ。

10:30 ナパに到着！ ➡P.105

ナパ・バレーに入ると、なだらかな丘陵地帯にブドウ畑が広がる風景が目に飛び込んでくる。400を超えるワイナリーが点在するという。

11:00 ワイナリーをめぐる ➡P.105

ワイナリーでは、試飲にチャレンジしたり、広々とした敷地を散歩したり……。ここならではの体験を、堪能したい。

16:00 サンフランシスコに戻る

4日目 大学の街へ行ったり、人気のエリアを散策したり…

09:00 バートに乗ってバークレーへ ➡P.86

グリーン意識も高いエココンシャスな街

カリフォルニア大学バークレー校があるバークレーはリベラルな空気に包まれた街。高感度なショップが並ぶストリートにも行ってみよう。

14:00 バートでミッションにもどる ➡P.84

ハイセンスなショップや居心地のいいカフェが並ぶミッション。天気のいい日ともなれば、ドロレス・パークは地元の人々でいっぱいに。

17:00 ヘイズ・バレーを散策 ➡P.85

コンテナを利用したお店があったり、壁一面に愉快なペイントが施されていたり……。おしゃれなブティックも多く、散策には楽しいエリア。

地元の人たちが愛するおしゃれなエリア

サンフランシスコ
San Francisco

テッパン遊びガイド4

ビギナーさんならまずはコレでしょ！

サンフランシスコに来たらゼッタイ行っておきたい＆体験しておきたい遊びをナビゲート！　名物のケーブルカーもゴールデン・ゲート・ブリッジも、ぜ～んぶ制覇！

テッパン遊び 1

Cable Car

ケーブルカーで街めぐり

レトロな乗り物でダウンタウンをお散歩

坂の多いサンフランシスコの名物と言えば、ケーブルカー。140年以上の歴史をもつノスタルジックな乗り物に揺られながら、サンフランシスコの街を眺めてみよう。

坂道の上まで行くと、サンフランシスコ湾が一望できる

観光に便利な2路線を乗りこなして街歩き

カンカンという鐘の音とともに坂の多いダウンタウンをゆっくり走るケーブルカー。移動の足としてだけでなく、乗車そのものが楽しいサンフランシスコ観光の目玉だ。乗り降りしながら風景と名所めぐりを楽しもう。

路線はパウエル-ハイド線、パウエル-メイソン線、カリフォルニア線の3路線。主な観光スポットをめぐり観光客に人気なのがパウエル-ハイド線、パウエル-メイソン線の2つ。夏の観光シーズンなどは特に混雑し途中乗車できないこともあるので、起点（終点）から乗車しよう。

パウエル-ハイド線に乗ってみました！

START

1 マーケット・ストリート Market Street

Powell St & Market St 乗車

起点（終点）にあたる停留所から乗車。ケーブルカーの向きを変えるターンテーブルがあり、停留所自体が人気の観光スポットになっている。

MAP P.100 F-5

ターンテーブルで記念撮影しちゃおう

交通量の多いダウンタウンをゆっくり走る

ケーブルカーの HOW TO

L 6:00頃～翌1:00頃まで運行　料 1回$8、1日券$24
※チケットは発着所近くのチケットブースで購入するか、乗車時に車掌に支払う。車内は混雑しているうえ、おつりも出ないので、事前に購入するか、ミュニパスポートやクリッパーカードを利用しよう。

中国菓子のお店も。ランチは広東料理の店で飲茶を楽しんでは？

極彩色の街並みがエネルギッシュ！

3 チャイナタウン Chinatown

Powell St & Pine St下車

全米最大規模のチャイナタウン。グラント・アベニューを中心に中国雑貨のみやげ物店や飲食店、生鮮品のマーケットが並んでいる。

MAP P.98 G-2

極彩色の飾りが賑やか。西海岸の中の異国の雰囲気

2 ユニオン・スクエア Union Square

Powell St & Geary Blvd 下車

パウエル・ストリートを進んですぐユニオン・スクエアが右手に見えてくる。周辺にデパートや路面店が立ち並ぶ市内随一のショッピングスポット。

MAP P.100 F-4／P.81

→詳細はP.80

デパートが立ち並ぶ町の中心にある広場

年末はここでカウントダウン・イベントが行われる

絵葉書の定番スポット 世界一のクネクネ道

5 ロンバード・ストリート Lombard Street

Hyde St & Lombard St 下車

27度の急勾配、8つの急カーブがある有名な坂道で、車で下るのが観光客に人気。ここからのコイト・タワーの丘の眺めは抜群。

MAP P.98 F-1

両側に階段があり徒歩でも上り下りできる。記念撮影しよう！

入り口で日本語パンフレットをもらって鑑賞しよう

4 グレイス大聖堂 Grace Cathedral

Powell St & California St 下車

ノブ・ヒルの頂上に建つ荘厳なカテドラル

1964年建造のフレンチゴシック様式の大聖堂。ギベルティの天国の門レプリカ、ステンドグラスのローズウィンドウなど見どころ満載。

所1100 California St ☎415-749-6300 開7:00～18:00（土曜8:00～18:00、日曜8:00～19:00） 休無休 料無料 URL www.gracecathedral.org MAP P.100 E-2

グルメも買い物も！超定番観光スポット

PIER 39

屋台には新鮮な魚介類が山盛り！

GOAL!

6 フィッシャーマンズ・ワーフ Fisherman's Wharf

Hyde St & Beach St 下車

海はすぐそこ。ジェファーソン・ストリートを歩くと、カニが描かれたタワー周辺にシーフードの店が集中し観光客で大賑わい。 MAP P.98 G-1

→詳細はP.74

Close up!

サンフランシスコ ケーブルカー物語

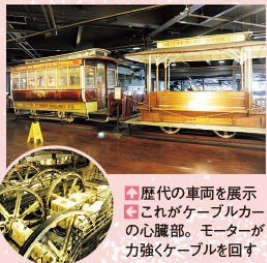
1870年代初頭、ある霧の深い夜。坂道で馬車が乗客もろとも滑落するという悲劇が起きた。エンジニアのA.S.ハリディーはケーブルを使った安全な乗り物の開発を決意、1873年にケーブルカーが誕生した。隆盛を極めたが、新交通機関の登場、1906年の大地震の影響などで廃止の危機に。だが市民の強い反対運動が起こり存続が決定した。今なおケーブルカーは市民に愛されている。

ケーブルカー博物館 Cable Car Museum

歴史や動く仕組みがわかる

MAP P.98 G-2

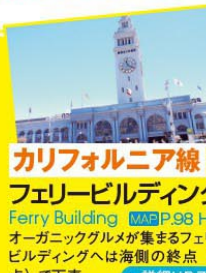
ケーブルカー誕生の背景や歴代の車両などを写真や実物で説明。館内には実際に3路線を動かしている動力炉があり、電動モーターがケーブルを回す様子を見ることができる。

所1201 Mason St 交Washington St & Mason Stからすぐ ☎415-474-1887 開10:00～18:00（10～3月～17:00） 休無休 料無料 URL www.cablecarmuseum.org

⇧歴代の車両を展示 ⇩これがケーブルカーの心臓部。モーターが力強くケーブルを回す

ほかにもこんな路線が！

パウエル・メイソン線と、カリフォルニアStを行き来するカリフォルニア線。この2路線のケーブルカーも上手に乗りこなして、サンフランシスコの名所を欲張りに回っちゃおう♪

＼レトロかわいい！／
MuniメトロE・F線にも注目！

フィッシャーマンズ・ワーフを発着する、ヒストリック・ストリートカーと呼ばれる路線。観光にも便利な路線だ。

カリフォルニア線で フェリービルディング Ferry Building MAP P.98 H-2

オーガニックグルメが集まるフェリービルディングへは海側の終点（始点）で下車。

→詳細はP.79

パウエル-メイソン線で ビクトリアンハウスの家並み MAP P.101 B-3

Columbus Ave & Chestnut Stで下車し高級住宅街**パシフィック・ハイツ**へ。瀟洒な住宅や店が集まる通りを散策。

フィッシャーマンズ・ワーフの象徴ともいえるカニのシンボルタワー

テッパン遊び 2

フィッシャーマンズ・ワーフで食べる&遊ぶ

サンフランシスコのテッパン観光スポット

新鮮なシーフード、おみやげショッピング、ボートツアーなどのアトラクションにサンフランシスコ湾の景色まで楽しめる。絶対に外せないエリアだ!

子どもも大人も楽しいスポット

クラムチャウダーの有名店ボウディンの前はいつも人だかり

フィッシャーマンズ・ワーフのシーフードレストランは人でいっぱい

食も買い物もエンタメも！お楽しみがここに集結

かつて漁港だったエリアに、レストランやみやげ物店が集まり大勢の観光客が行きかう、サンフランシスコ随一の観光スポットだ。散策はケーブルカーのパウエル・ハイド線の終点（起点）から、海沿いのジェファーソン・ストリートを歩こう。カニが描かれた巨大なシンボルタワーは定番の記念撮影スポットだ。さらに進みピア39あたりまでが観光のハイライト。屋台のシーフードでもほおばりながら、漁港らしい活気ある街を楽しもう。

食べる 名物のシーフードを屋台で買い食い

大釜で茹でたロブスターやカニ、名物のクラムチャウダーなど。威勢のいい呼び声につられてシーフードを食べ歩き！

名物のクラムチャウダーはマストでしょ！

酸味のあるパン、サワドー・ブレッド入りのクラムチャウダー（ボウディン）

カップ入りのシーフードがいろいろ

屋台ではシーフードカクテル$6程度、クラムチャウダーも$6程度と手ごろ

カニやロブスターが一匹ずつド～ンと

屋台には丸ごと茹でたロブスターやエビの量り売りも。豪快に食べておく?!

ピア45の入口あたりには屋台がいっぱい

屋台の横の釜で茹でたばかりの新鮮なシーフードを気軽に食べられる

獲れたて、茹でたてでおいしいよ

フィッシャーマンズワーフへのAccess

ケーブルカーPowell-Hyde線Hyde St & Beach StかPowell-Mason線Taylor St & Bay Stのターンテーブル下車。または、ミュニメトロE・F線Jefferson St & Taylor St下車。

ここもチェック!

クラムチャウダーはココがテッパン！

ボウディン Boudin

MAP P.100 F-1／P.74

1849年創業のベーカリー。名物のサワドー・ブレッドに入ったクラムチャウダーは$24.95。ギフトショップ、ミュージアムもある。

所160 Jefferson St ☎415-928-1849
L8:00～21:00（土曜～22:00） 休無休 カードV、M
URL www.boudinbakery.com

パン工房も見学できる。焼き上がったパンが頭上のゴンドラで運ばれる趣向も楽しい

新鮮なシーフード料理が評判のレストラン
ピア・マーケット
Pier Market

フィッシュ・アンド・チップスも人気

ピア39で30年以上続く人気レストラン。窓から海を望む屋内と通路側にテラス席がある。クラムチャウダーやシーフードのグリルが評判。
☎415-275-3265 L11:00～22:00（土・日曜10:30～、冬季はそれぞれ1時間前に閉店） 休無休 料$25～
カードV、M URLpiermarket.com

おしゃれなTシャツをゲット
エスエフ・シティウェア
SF City Wear

サンフランシスコの名物をおしゃれにデザインしたTシャツや小物が豊富に揃う。左はゴールデン・ゲート・ブリッジがあしらわれたTシャツ。
☎415-982-4340
L10:00～22:00、季節により異なる 休無休 カードV、M

2階にありサンフランシスコ湾を一望
フォグ・ハーバー・フィッシュ・ハウス
Fog Harbor Fish House

クラブやサーモン、カキなどの魚介や、肉も鮮度がよく評判が高いレストラン。人気料理がひと通り味わえるほか、パスタ、軽食も豊富。
☎415-421-2442
L11:00～22:00（土・日曜10:30～、冬季はそれぞれ1時間前に閉店） 休無休
料$30～ カードV、M
URLfogharbor.com

魚介をトマトで煮込んだチョッピーノ$35

桟橋にある巨大エンタメスポット
ピア39
Pier39

MAP P.100 H-1／P.74
2階建ての建物にグルメ&ショップが集結。小さな水族館、スリリングな立体シアター、ボートクルーズなどエンタメも充実。桟橋奥にはアシカの群れがいて、人気を集めている。
所1 Beach St
URLwww.pier39.com

一年中賑わい、お祭りのような楽しさ
イカダの上に寝そべる大量のアシカにビックリ
楽しいモールが集まっているよ

遊ぶ 注目のショッピングモールへ
イベントやアトラクションなど遊びも満載のショッピングモールをご紹介!

レンガの建物は築100年以上
キャナリー
Cannery

MAP P.100 F-1／P.74
デルモンテの缶詰工場だった建物を利用したモールで、レストランやショップが約30店集まる。中庭ではパフォーマンスやイベントも行われ、週末は特に賑やか。
所2801 Leavenworth St ☎415-771-3112

ケーブルカーの缶に入ったチョコも

おみやげチョコとカフェも
ギラデリ・チョコレート・マーケット・プレイス
Ghirardelli chocalate Marketplace

ギラデリ・チョコの品揃えは市内随一。カフェではチョコレートドリンクやホット・ファッジ・サンデー、アイスクリームなどが楽しめる。
☎415-474-3938 L9:00～23:00（金・土曜～24:00） 休無休 カードV、M、A
URLwww.ghirardelli.com

工場跡を改装したショッピングモール
ギラデリ・スクエア
Ghirardelli Square

MAP P.100 E-1／P.74
ギラデリのチョコレート工場だったレンガの建物を1964年に改装。ギラデリのショップはもちろん、レストラン、雑貨など約25のハイセンスな店が集まる。
所900 North Point St ☎415-775-5500
URLwww.ghirardellisq.com

レンガの建物は夜もキレイ

チャウダーサンプラーは必食
ブルーマーメイド
Blue Mermaid

シーフードが中心。6種類のハウスメイドのクラムチャウダーから3つ選んで少しずつ味わえるサンプラー $12が人気。
☎415-771-2222 L7:00～21:00（金・土曜～22:00） 休無休 料$20～
カードV、M URLwww.bluemermaidsf.com

手前がサンプラー。奥はフィッシャーマンズ・プラッター

散策途中のスイーツはここで調達
ノーマンズ・アイスクリーム&フリーズィズ
Norman's Ice Cream & Freezes

アイスクリームやサンデーのテイクアウト専門店。カップで$3.50。ミッチェルズのアイスクリーム、ギラデリのホットチョコレートも。
☎415-346-3046 L11:30～22:00（金・土曜～23:00） 休無休 カード不可
URLnormansicecream.wordpress.com

海を眺めながらシーフードを
マコーミック&クレトズ
McCormick & Kuleto's

海側にあり、大きな窓からはマリーナやアルカトラズ島まで一望。新鮮な魚介や地元の食材を使った料理に定評があり、インテリアやサービスも洗練されている。
☎415-929-1730 L11:30～22:00（金・土曜～23:00） 休無休 カードV、M、A、J
URLwww.mccormickandkuletos.com

SFをテーマにしたセンスのいい雑貨
ジャクソン&ポーク
Jackson & Polk

地元のデザイナーが作ったTシャツ、バッグ、アクセサリー、雑貨などかわいいものが多数見つかる。Tシャツはメンズもあり。
☎415-345-9708 L10:00～18:00（金・土曜 9:30～21:00） 休無休 カードV、M、A、J URLwww.jacksonandpolk.com

ビクトリアンハウスの家並みのイラストが描かれたトートバッグ

テッパン遊び 3

ゴールデン・ゲート・ブリッジを自転車でわたる

1937年完成のゴールデン・ゲート・ブリッジは世界に名だたる美しい橋。遠くから眺めても感動するが、おすすめは自転車で橋をわたる"GGサイクリング"だ。

ゴールデン・ゲート・ブリッジ
Golden Gate Bridge MAP P.99 C-1

フィッシャーマンズ・ワーフで自転車を借りて、いざ、ゴールデン・ゲート・ブリッジへ！

1 橋のたもとで記念撮影

ゴールデンゲートプロムナードを西へ。橋のたもとにあるパーキングは絶好の撮影ポイント

橋の上から大パノラマを楽しもう

全長2737mの橋は、歩いても40分ほどでわたれるが、おすすめは自転車。フィッシャーマンズ・ワーフで自転車を借りて、海沿いの道を西へ進もう。30分ほどで橋のたもとに到着するので、そこから橋へ。橋の上からは、湾内の大パノラマが楽しめる。

終点はサウサリート。愛らしい街並みを散策したら、帰りはフェリーに乗ってサンフランシスコへ。車でわたるのとはひと味違う感動と出会えるはずだ。

2 橋をわたる

海風がとっても気持ちいい〜

平日は歩行者も自転車も東側通路を使うが、週末は自転車は西側通路の走行となる

3 ビスタポイントでひと休み

橋をわたりきったところにある展望台からは、サンフランシスコの高層ビル群がきれいに見える

想像以上に橋からの眺めはよかったなぁ

4 サウサリートに到着

下り坂を一気に下ればサウサリート。地中海沿いを思わせる美しい風景が広がる。前方のブルーの建物は、シーフードレストラン、スコマズ→付録P.9

5 フェリーに乗ってフィッシャーマンズ・ワーフへ

海からの景色を楽しみながらフィッシャーマンズ・ワーフへ。フェリービルディングへ行く船もある

6 フィッシャーマンズ・ワーフへ到着

"自転車プチ旅"、楽しかった〜

船に預けた自転車を受け取り、船を降りる。あとは、自転車を返却すればOKだ

サイクリングのHOW TO

レンタサイクルはこちら

さまざまな自転車が揃うブレイジング・サドルズ。レンタル料は$36（24時間、オンライン予約で20%オフに）
URL www.blazingsaddles.com
MAP P.100 G-1 ／ P.74

帰りのフェリーはこちら

サウサリート発のフェリーはいくつかあるので、webでチェック！

ゴールデンゲート・フェリー
料 $13
URL goldengateferry.org

ブルー&ゴールド・フリート
料 $13
URL www.blueandgoldfleet.com

セルハウス（牢獄）は日本語のオーディオガイドでじっくり見学

テッパン遊び 4

脱獄不可能なアルカトラズ島に上陸!

Alcatraz Island

フェリーに乗って湾に浮かぶ刑務所へ

サンフランシスコの街からわずか2.4kmの海の上に浮かぶアルカトラズ島。フェリーに乗っていざ、脱獄不可能と言われた刑務所「ザ・ロック!」へ潜入!

フェリー乗り場にはアルカトラズ島の模型がある。島の全容を把握しよう

アルカトラズ島へはフェリーで。近づくとその姿に圧倒される

海に浮かぶ孤島 囚人たちの牢獄を見学

1934年から29年間、連邦刑務所として使われたアルカトラズ島。警備が厳重で、周囲は水温が低く潮流が急なため脱獄不可能といわれたが、唯一の脱走といわれるのが1962年に起きた脱走事件。3人の脱走囚は行方不明となり遺体も上がらなかったため成否は今も謎という。そんな刑務所の歴史を日本語のオーディオガイドで聞きながら、セルハウス（牢獄）を見学するのが観光のハイライト。独房や暴動の傷跡、看守の部屋など、見どころ満載だ。

フェリーに乗船

島に飲食施設はないので、必要なら乗船前におやつや飲み物を調達しておこう

アルカトラズ島に上陸

約15分で到着。まずは日本語のパンフレット$1をゲットしてからセルハウスへ向かおう

牢獄に入る

編み物が趣味の囚人もいたよ

通路の両側に並ぶ独房 暴動や脱獄の黒い歴史

セルハウス入り口で日本語オーディオガイドを借りてスタート。模範囚は日当たりのいい場所を許されたとか

サンフランシスコを眺める

中庭は湾をグルリと見渡す絶景スポットです

中庭に出ると街の景色が目の前に。囚人たちは風に乗って聞こえてくる街の人々の声を聞き孤独を深め郷愁を感じたとか

刑務所長の家を見る

1920年代建造のミッション・リバイバル式の建物で歴代所長が住んだ。骨組みだけが残る

ギフトショップでおみやげをGet

7人の凶悪犯の写真付きトランプや、囚人用食器セットなどビミョーなものも……

アルカトラズ島上陸のHOW TO

アルカトラズ島 Alcatraz Island MAP P.97 B-3

交 ピア33からホーンブロワー・クルーズ&イベント社のフェリーを利用。片道約15分 ☎415-981-7625 開 9:00～15:50（季節により異なる。3月～10月は8:45発のアーリーバードツアーや夕方発のナイトツアー$47.30もある） URL www.alcatrazcruises.com

チケットの買い方 ピア33のチケットブースでも買えるが、大人気のツアーなので必ず事前にウェブサイトで予約しておこう。当日はチケットブースで予約番号を伝え、チケットを受け取る。

料 $39.90（フェリー代、オーディオツアー代を含む）

フェリー乗り場 ピア33から出航する。 MAP P.100 H-1

交 ミュニメトロE・F線The Embarcadero & Bay St駅からすぐ

ベイクルーズで楽しむなら

アルカトラズ島やゴールデン・ゲート・ブリッジを海から眺めるクルーズもおすすめ。レッド&ホワイト・フリートでは多数のベイクルーズを催行。日本語のオーディオガイドもある。 URL www.redandwhite.com

オーディオガイドに沿って刑務所内を歩くよ

アルカトラズを知るなら!

必見映画 The Rock ザ・ロック

数々の映画の舞台になったアルカトラズ島。なかでも1996年に制作された『The Rock』は、ショーン・コネリーやニコラス・ケイジなどの豪華スターが競演したアクション大作だ。VXガス搭載のミサイルを盗み、脱出不可能なアルカトラズ島に立てこもる犯人たち。人質を救出するために、FBI職員と元囚人がロック潜入を企てるが……。

囚人のなかには暗黒街の帝王アル・カポネも

1963年に刑務所が閉鎖されるまで収監された囚人は1545人。ここにはアル・カポネ、“クリーピー”・カーピスなどの有名犯罪者も収監されていた。

Ferry Building フェリービルディングへ

オーガニックや地産地消に関心が深いローカルの間で人気なのが、フェリービルディング・マーケットプレイスとフェリープラザ・ファーマーズ・マーケット。立ち寄って人々のオーガニックライフをのぞいてみよう。

おいしいから食べてみて

楽しいからよく来るわよ

オーガニックフードの朝ごはん

レストランやベーカリーも出店しているし、ベンチやテーブルもあるので朝食はココで

ヘルシーフードがいっぱいの青空マーケット

1 2 近郊のオーガニック・ファームがつくる野菜や果物がいっぱい。生で食べられるものは、ぜひ試してみて 3 農家の人たちとおしゃべりを楽しんで 4 色とりどりの切り花が並ぶフラワーショップ。ローカルに大人気だ

フェリープラザ・ファーマーズ・マーケット
Ferry Plaza Farmers Market

近郊の農家やレストランなどが軒を連ねる。とくに土曜は出店数も多く、ローカルと観光客でいっぱい。グリーンなおみやげ探しにもぴったりだ。

MAP P.98 H-2　フェリービルディング
所 フェリービルディング前
交 ユニオン・スクエアから徒歩12分　415-291-3276
営 火・木曜10:00～14:00、土曜8:00～14:00
URL www.ferrybuildingmarketplace.com/farmers-market

カパイ・オーガニック
Capay Organic

1976年に設立された家族経営の有機農場。新しい品種の野菜づくりにも取り組んでいる。土曜のみ出店

プリマヴェーラ
Primavera

ブランチにぴったりよ

ローカルが大好きなメキシカン。お店の前は、いつも長蛇の列ができている。土曜のみ出店。

地元農家から仕入れる新鮮野菜やオーガニックの食材を使った手作り料理が人気

ファームなおみやげはいかが？

手作りのはちみつやジャムなどはおみやげにしたら喜ばれそう。

マーシャルズ・ファーム・ナチュラル・ハニー
Mashall's Farm Natural Honey

オーガニックはちみつだよ

クマの容器に入ったハチミツ各$3.75 土曜出店

ベイエリアに70カ所の巣箱設置拠点を持ち、上質なグルメハチミツを収穫・販売。

アシャディンハ・チーズ・カンパニー
Achadinha Cheese Company

ヤギのチーズの専門店。頼めば、どれでも試食させてくれるので、味見をしてから購入しよう。木・土曜出店。

ジューン・テイラー
June Taylor

家族経営の農場で、季節の果実から作るマーマレードは大人気。土曜のみ出店。

オーナーのジューンさん すべてオーガニック・フルーツで作られる

ロハス&オーガニックな

オーガニックなグルメ&ショップが集まる!

フェリービルディング・マーケットプレイス
Ferry Building Marketplace

ビル1階のマーケットプレイスには、オーガニックや地産地消にこだわるフード店やグリーンな雑貨店など、品質に定評のあるお店が集まる。

MAP P.98 H-2　フェリービルディング

住 One Ferry Building 交 ユニオン・スクエアから徒歩12分 ☎415-983-8000 営 10:00～18:00(土曜9:00～、日曜11:00～17:00) 休 無休 カード 店舗により異なる
URL www.ferrybuildingmarketplace.com

1 オーガニックやグリーンにこだわるショップが並ぶ　2 サンフランシスコ湾に面しているので、買い物のあとにはベンチでくつろぐ人も　3 園芸用品や日用雑貨が揃う「ザ・ガーデナー」　4 ローカルも観光客も入り混じり、週末はかなりの人混みに

ていねいに作っているわ

肌にやさしいオリーブ・オイルを使用

ミキボイ・ランチ
McEvoy Ranch

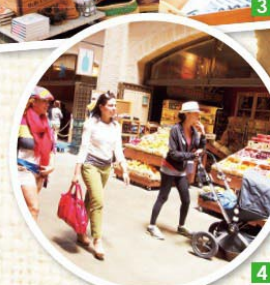
Olive Oil

オーガニックのオリーブオイルを使って手作りされたボディケア・アイテムが揃う。人気はハンドクリームとリップバームだ。

☎415-291-7224 営 9:00～19:00(土曜8:00～18:00、日曜9:00～17:00) 休 無休 カード V,M,A
URL www.mcevoyranch.com

↑ソープやリップバームなどがセットに$49.95

1 オリーブオイル・シーソルト・スクラブは穏やかな使い心地各$35　2 エキストラバージン・オリーブオイルも並ぶ$30

新鮮なシーフードをどうぞ

Oyster

シーフードをカジュアルに楽しむならこちら

ホグ・アイランド・オイスター・カンパニー
Hog Island Oyster Co.

生ガキがおいしい人気店。夏場はとくに、オープンと同時に開放感たっぷりのテラス席はほとんど埋まってしまうので、早めに行くのがおすすめ。クラムチャウダーも美味。

☎415-391-7117 営 11:30～20:00(土・日曜は11:00～18:00、ハッピーアワーは月～木曜17:00～19:00) 休 無休 カード V,M
URL www.hogislandoysters.com

1 スタッフはみんな明るくて親切　2 店名が示すように、ここの生ガキは新鮮でおいしい　3 クラムチャウダーもおすすめ　4 開店直後から多くの人が並ぶ

グルメの間でも評判の美味

アクミブレッド
Acme Bread

バークレー発のベーカリーで、サンフランシスコの伝統的なパンが並ぶ。小麦粉からオリーブ・オイル、ナッツ類まで、オーガニックにこだわる。

☎415-288-2978 営 7:00～19:30(土・日曜は8:00～19:00) 休 無休 カード 不可
URL www.acmebread.com

Bread

1 チーズの塩気がきいたチーズ・ウィール　2 サワドー・ブレッドは酸味がきいた、サンフランシスコ名物のパン

Wine

←ビオ・ワインなども揃う棚は、見やすく整理されている

ワインバーを併設するショップ

フェリー・プラザ・ワイン・マーチャント
Ferry Plaza Wine Merchant

買物客で賑わうフェリー・プラザの1階にあり、世界各国のワイナリーでつくられた良質のワインが揃う。

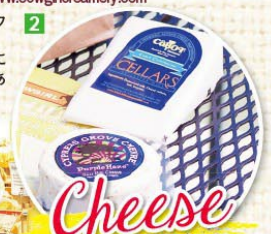
☎415-391-9400 営 10:00～21:00(月曜は11:00～20:00、土曜は8:00～20:00、日曜は～19:00) 休 無休 カード V,M
URL fpwm.com

アメリカやヨーロッパの良質なチーズ

カウガール・クリマリーズ・アルチザン・チーズ
Cowgirl Creamery's Artisan Cheese

自社製のチーズのほか、ヨーロッパや国内の有名メーカーのチーズを扱う。また、チーズや乳製品を中心としたメニューを提供する軽食店も併設。

☎415-362-9354 営 10:00～19:00(土曜8:00～18:00、日曜11:00～18:00) 休 無休 カード V,M URL www.cowgirlcreamery.com

1 量り売りなどもしてくれるフルサービスのチーズ専門店　2 いくつかのチーズがセットになったおすすめパッケージもある。迷ったときに便利

Cheese

有名デパートやブランドショップが並ぶ

ユニオン・スクエア Union Square

San Francisco

ビギナーもリピーターもまずはココへ 注目タウンにGO!

多くの人種や民族を受け入れてきたサンフランシスコは、多彩な文化を内包する街。今、高感度な若者たちが愛してやまない9つのエリアを歩いてみよう。

ハイエンドなブランドもプチプラもお任せ!

サンフランシスコの中心地、ユニオン・スクエア周辺は、プチプラからハイエンドまで、さまざまなブランドが集まるショッピングエリア。ユニオン・スクエアの周りには、高級デパートで知られるニーマン・マーカスから庶民派のメイシーズまで4つのデパートが揃い、南へ4分ほど歩いたケーブルカーのターンテーブル前には、巨大なショッピングモールのウェストフィールド・サンフランシスコもある。ブランド買いなら、このエリアがおすすめだ。

B サックス・フィフス・アベニュー Saks Fifth Avenue

老舗の高級デパート

1867年創業の高級デパートで、旬のブランドが揃う。コスメやアクセサリー、シューズやバッグなどのファッション雑貨も充実している。

MAP P.100 F-3 ／ P.81

所384 Post St ☎415-986-4300
🕒10:00 ～ 19:00(日曜11:00 ～)
休無休 カードV、M、A
URL www.saksfifthavenue.com

1 アライアのスプリングコートはバッグとお揃い
2 ピンク色がキュートなMiu Miuのバッグ
3 ロベルト・カヴァリのワンピース
4 Miu Miuのウォレット

1 スタンダードだけれど色の組み合わせがきれい
2 エリザベス・アンド・ジェームスのバッグ$645
3 マノロ ブラニクのシューズ各$480は色がきれい
4 5 最上階のカフェthe Rotundaは眺望も魅力

ユニオン・スクエアを見下ろすカフェも素敵

A ニーマン・マーカス Neiman Marcus

セレブ御用達の高級デパート

豪華な内装の店内には、ジミー チューやトリー バーチなどアメリカ発の世界のトップブランドが並ぶ。店内のカフェ「the Rotunda」では、豪華なアフタヌーンティを楽しみたい。

MAP P.100 F-4 ／ P.81

所150 Stockton St ☎415-362-3900 🕒10:00 ～ 19:00 (木曜～ 20:00、日曜12:00 ～ 18:00) 休無休 カード店舗により異なる
URL www.neimanmarcus.com

↑ゴージャスな内装のデパートで、セレブ気分を味わってみて

C アップル ユニオン スクエア Apple Union Square

アップルストアの新基準となる旗艦店

消費電力は屋上の太陽光発電パネルなど再生可能なエネルギーですべてをまかなうなど、環境保護に熱心な姿勢を示す。ミニマルなデザインも美しい。

MAP P.100 F-3 ／ P.81

所300 Post St ☎415-486-4800
🕒10:00 ～ 21:00(日曜10:00 ～ 19:00)
休無休 料無料
URL www.apple.com/retail/unionsquare

1 緑豊かなユニオンスクエアが目の前に
2 ゆったりとしたスペースも魅力

ユニオン・スクエアにはこんなデパートも!

F メイシーズ Macy's MAP P.100 F-4 ／ P.81
ユニオン・スクエアに面した老舗デパート

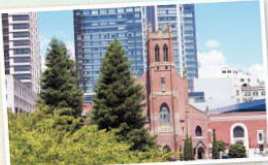
G ノードストローム Nordstrom MAP P.100 F-5 ／ P.81
メンズ&レディス・ウエアや靴が充実

H ブルーミングデールズ Bloomingdale's MAP P.100 F-5 ／ P.81
コンテンポラリーなブランドに強みを発揮

再開発が進む注目タウン！

ソーマSomaに出かけよう

かつては倉庫や工場が並んでいたSouth of Market(SoMA＝ソーマ)。しかし、セールスフォース・トランジット・センターなどが完成し、人気のエリアに。

ソーマへのaccess:
ユニオン・スクエアからはMarket Stに向かって南下し、Market Stをわたるとソーマ。

⬆美術館や博物館が多く集まるエリアでもある

I ジューイッシュ現代博物館
Contemporary Jewish Museum

San Francisco Travel Association/Scott Chemis

存在感のある外観も注目の的
ユダヤ人の文化や芸術、歴史を紹介。ユダヤ系アーティストの企画展も多い。館内にはユダヤ料理のデリも。

MAP P.100 G-4 ／ P.81

所736 Mission St ☎415-655-7800 ⏰11:00～17:00(第3木曜～20:00)
休水曜 料$16(木曜17:00以降は$8、第1火曜無料) カードV、M、A
URL www.thecjm.org

J イエルバ・ブエナ・ガーデンズ
Yerba Buena Gardens

アートの薫り高い憩いの場
芝生と噴水が美しい市民の憩いの場。彫刻などが点在し、アーティスティックな雰囲気が漂う。夏にはコンサートやバレエなどを上演。

MAP P.100 G-5 ／ P.81

所745 Mission St ☎415-820-3550 ⏰6:00～22:00
休無休 料無料 URL www.yerbabuenagardens.com

K サンフランシスコ近代美術館
San Francisco Museum of Modern Art

SFMOMAの名で親しまれている
上質なコレクションもさることながら、ミュージアムショップやカフェも充実。ゆったりと過ごせる。
©San Francisco Travel

MAP P.100 G-5 ／ P.81

所151 3rd St ☎415-357-4000 ⏰10:00～17:00(木曜～21:00)
休水曜 料$25(18歳以下は無料) カードV、M、A
URL www.sfmoma.org

L セールスフォース・トランジット・センター
Salesforce Transit Center

1「空中パーク」はビル群の間をぬっている 2イベントのスケジュールはHPで公開している

新しい市民の憩いの場
セールスフォース・トランジット・センターは公共交通機関用のバスターミナル。その屋上に誕生したのが、「空中ガーデン」と呼ばれる新時代のパークだ。緑が豊かで、すでに市民の新しい癒しの場となっている。さまざまなイベントを無料で実施。

MAP P.100 H-4 ／ P.81

所425 Mission St ☎415-597-5000
⏰6:00～21:00(冬季は～20:00) 休無休
URL Salesforcetransitcenter.com

1ユニオン・スクエアはダウンタウンの中心部 2緑あふれるユニオン・スクエアはローカルの憩いの場 3ケーブルカーのターンテーブルも歩いて4分ほど 4おしゃれな女性が多い 5ソーマには人気のブルー・ボトル・コーヒーも 6ユニオン・スクエアでみかけてすてきなオブジェ 7週末は観光客やローカルでいっぱい

D ウェストフィールド・サンフランシスコセンター
Westfield San Francisco Centre

2つのデパートが入るショッピングモール
ブルーミングデールズとノードストロームが入るショッピングモールで、大きなフードコートもある。ケイト・スペードやコーチなどのアメリカンブランドのお店も。

1地下から4階までの大半はブルーミングデールズが占める 2地下には大きなフードコートがあって、とても便利 3マーケット・ストリートに面して立つ

MAP P.100 F-5 ／ P.81

所865 Market St
☎415-512-6776 ⏰10:00～20:30(日曜11:00～19:00、店舗により異なる) 休無休 カード店舗により異なる
URL www.westfield.com

⬇カリフォルニアワインが500～700種も揃う

E ナパ・バレー・ワイナリー・エクスチェンジ
Napa Valley Winery Exchange

ワイン選びを日本語でサポート
カリフォルニアワインの専門店で、少量生産の希少ワインをメインに揃える。ワインの知識がある日本人スタッフが、ワイン選びを日本語でサポート。日本への発送もOKだ。

MAP P.100 E-4 ／ P.81

所415 Taylor St ☎415-771-2887
⏰10:00～18:00 休日曜 カードV、M、A、J
URL www.nvwe.com(日本語ページあり)

⬆ユニオン・スクエアから2ブロックほど西のテイラー・ストリート沿いにある

ユニオン・スクエアへのaccess:
ケーブルカーのパウエル／ハイド線、パウエル／メイソン線のPowell St &Geary Stからすぐ。フェリービルディングから徒歩12分。

洗練されたショップがいっぱい

フィルモア&チェスナッツ&ユニオン

Fillmore St
Chetnut St
Union St

高級住宅街のおしゃれストリート

サンフランシスコの街の北西部に位置するパシフィック・ハイツは、高級住宅街で知られるエリア。瀟洒なビクトリアンハウスが建ち並び、お散歩をするだけでもウキウキした気分になってくる。
そんなパシフィック・ハイツのお買い物ストリートがフィルモア・ストリートとユニオン・ストリートだ。その4ブロック北には、マリーナ地区に属するチェスナッツ・ストリートが走る。洗練されたブティックやカフェが並ぶストリートでおしゃれ散歩をしてみては?

1

素敵なお店が多いから買いすぎちゃって

2

➡ベッドリネンもカラフルで生活が楽しくなりそう ⬇椅子の上のクッション各$145。ラグはサイズにより$145～

⬆ラップトップケース。ほかにも多数の柄を展開 ⬅カラフルなゼブラ柄のコースターは4枚セットで

ハイセンスなお店が集まる

フィルモア Fillmore St

パシフィック・ハイツを南北に走る通りで、フェミニンなブティックやレストランが軒を連ねる。洗練された雰囲気が魅力だ。

A ジョナサン・アドラー Jonathan Adler

モダン&レトロなインテリア雑貨

NY発のライフスタイル・ブランド。ミッド・センチュリー・モダンの雰囲気をもつ幾何学パターンや、動物をモチーフにしたカラフルで楽しいホーム雑貨が豊富に揃っている。

MAP P.101 A-4 ／ P.82
所 2133 Fillmore St ☎ 415-563-9500 営 9:30～18:00
休 無休 カード V、M、A URL www.jonathanadler.com

フィルモア・ストリートへのaccess:
ミュニメトロF・K・L・M・T線Church駅からミュニバス22番利用。またはユニオン・スクエアからミュニバス38・38R番に乗り、Fillmore St & Geary Blvd付近で下車。

➡ニット風のワンピースはいろいろ使えそう$15 ⬇レトロな雰囲気がかわいいワンピース$10.50

サイズがあえばどれもとてもお買い得よ

⬅フレンドリーでセンスのいいスタッフは心強い味方

➡フィルモア・ストリートに面したショップ

C クロスローズ・トレーディング Crossroads Trading

全米に複数店舗を展開する大手古着店

状態がよくてかわいい洋服やシューズが、所狭しと並ぶ。高級ブランドの古着や小物も扱っているので、思いがけない掘り出し物に巡り合えるかも。一期一会の出会いを楽しんで。

MAP P.101 A-5 ／ P.82
所 1901 Fillmore St ☎ 415-775-8885 営 11:00～19:00（金・土曜は～20:00） 休 無休
カード V、M、A
URL crossroadstrading.com

➘バン・ヌードル・ボウル$11.75。揚げ春巻と、ポークまたはチキンがのる

B バン・ミー Bun Mee

ベトナム・サンドイッチの人気店

フランスパンにチキンや野菜、香草などの具をはさんだベトナム・サンドイッチが9種類。春巻やサラダなどのサイドメニューも。テイクアウトOKだ。

MAP P.101 A-5 ／ P.82
所 2015 Fillmore St
☎ 415-800-7696
営 11:00～21:00
休 無休 カード V、A
URL www.bunmee.co

⬇黒豚と野菜などを挟んだグリルド・レモングラス・ポーク$8

➡カジュアルな店で小腹が空いた時にピッタリ

➡デザインが可愛い綿のブラウス$348
⬇青色が爽やかな膝丈ワンピース$198

瀟洒な家とおしゃれな店が魅力
チェスナッツ&ユニオン

パシフィック・ハイツ北部とマリーナ地区を東西に貫くユニオン・ストリートとチェスナッツ・ストリートには、センスのいいお店が並ぶ。

1 フィルモアStで見かけた雑貨屋さん　2 おしゃれなカフェもいっぱい　3 5 ラファイエット・パーク近辺は高級住宅街だけに瀟洒なお屋敷が多い　4 イタリアンジェラートの「ジオ・ジェラーティ」も人気店　6 お散歩中の地元女子

D アモーレ・ベート
Amour Vert

品のいい甘辛ミックスがSF流

環境に配慮した素材のコレクションで知られるブティック。デザイン性の高いアイテムがそろっているのが人気の秘密だ。小さいサイズもあるのでアジア人にもピッタリ。

MAP P.101 A-1 ／ P.83

所 2110 Chestnut St　☎415-654-5385　営10:00～19:00(日曜は～18:00)　休 無休　カード V、M、A
URL amourvert.com

1 チェスナッツStでひときわ目立つ、おしゃれな外観　2 大人気の大人可愛いプリントブラウス$138

E アノミー
ANoMie

洋服から雑貨までいろいろ

新しく誕生したブランドやデザイナーの作品を多く揃えたセレクトショップ。個性的なものからオーソドックスなアイテムまで、アイテムは多様。ユニークな雑貨も楽しい。

MAP P.101 A-3 ／ P.83

所 2149 Union St　☎415-872-9943
営 11:00～19:00　休 無休　カード V、M
URL www.shopanomie.com

1 キュートなミニのワンピース$160　2 落ち着いた雰囲気の店内　3 水玉模様のボトル型の花瓶。いろいろな用途に使えそう。各$66　4 おっぱい柄のバスマット$60

⬇甘くキュートな感じの店内。雑貨も並ぶ

⬆レースのトップスはロングスカートに合わせると素敵　↗エンジのドレスはいろんな場面で活躍してくれそう　➡遊び心いっぱいのバッグ

F モーニング・ラベンダー
Morning Lavender

キュートでおしゃれなアイテムが揃う

白を基調にした淡い色調の店内に、女性らしいフェミニンなドレスやアクセサリーが並ぶ。ラインナップはキュートでどちらかといえばクラシック。日常的に着られるアイテムが多く、価格もお手頃。

MAP P.101 B-3 ／ P.83

所 1846 Union St　☎650-797-0686　営11:00～19:00
休 無休　カード V、M　URL morninglavender.com

1 ポップでおしゃれな外観　2 細い部分にもピッタリとつくローラーアイライナーミニ$12

G ベネフィット
Benefit

持っているだけで楽しくなる!

サンフランシスコ発祥のポップでキュートなコスメシリーズ。ノスタルジックなデザインやガールズに愛されるグラフィックデザインでおみやげにもぴったり。メークサービスもある。

MAP P.101 A-2 ／ P.83

所 2219 Chestnut St　☎415-567-1173　営10:00～19:00(水曜～20:00、木曜9:00～20:00、金・土曜9:00～)
休 無休　カード V、M　URL www.benefitcosmetics.com

3 頬紅やブラウンの影をつくるのに使えるパウダーブラッシュミニ$17

4 毛穴や小じわを目立たなくしてくれ、メイクを長持ちさせてくれるハイドレートプレミア$32　5 4色ペンシルになったスポットメイクとアイブロー$34

チェスナッツ&ユニオン ストリートへのaccess:
チェスナッツ Stへは、ミュニバス30番Chestnut St & Fillmore Stなどで下車、ユニオン Stへはミュニバス45番Union St & Laguna St下車が便利。ユニオンStは、チェスナッツStの4ブロック南で、徒歩約7分の距離。

おしゃれローカルイチオシ！ミッション Mission

1フォーバレル・コーヒーは超人気のカフェ　2タルティーヌ・ベーカリーのパンプディングは地元女子のお気に入り　3お天気のいい日はドロレス・パークでのんびり　4おしゃれな若者が多い　5タルティーヌ・ベーカリーはいつも行列ができている

ピープルウォッチングも楽しいエリア

サンフランシスコ最古の教会で知られるミッション・ドロレス教会。そのお膝元に広がるミッション地区は、センスのいいショップや居心地のよいカフェなどが軒を連ねるローカル注目のエリアだ。なかでもバレンシア・ストリートには、高感度な若者たちに人気のショップやレストランが多い。

また、バレンシア・ストリートから400mほど西に行ったドロレス・パークは晴れた休日ともなれば、若者たちがいっぱい。最旬のトレンドが肌で感じられる。

ミッションへのaccess:
バートの16th St Mission駅か24th St Mission駅が便利。ドロレス・パークへはミュニメトロJ線のRight of Way & 18thSt駅も近い。

B セレンディピティ Serendipity

ユニークなカードと雑貨の店

小さな店内には、楽しい絵柄のカードや雑貨がいっぱい。「カードを探すならここ」と話すローカル女子も少なくない。ユニークでちょっと気の利いたおみやげ探しにおすすめ。

MAP P.101 D-4 ／ P.84

所803 Valencia St　☎415-401-8760　⏰10:30～20:00（土曜～19:00、日曜11:00～19:00）　休無休　カードV、M　URL www.serendipitysanfrancisco.com

マトリョーシカの形をした水差し$22

パッキングがかわいいキッチンタオル

カードや雑貨が所狭しと並ぶ店内

上質でセンスのいい品物が並ぶ店内　シンプルなトートは使い勝手がよさそう$120

シンプルでかわいい、ノースリーブのシャツとパンツ

A ヴォイジャー・ショップ The Voyager Shop

スタイリッシュな品揃えが魅力

バイヤーでデザイナーのオーナーが選ぶアイテムは、ハイクオリティ&ハイセンス。クールだけれどすごくキュートで、地元女子のファンも多い。

MAP P.101 D-2 ／ P.84

所365 Valencia St　☎415-795-1748　⏰11:00～19:00　休無休　カードV、M　URL thevoyagershop.com

地元女子御用達のトムスのシューズ

C セラピー・ストアーズ Therapy Stores

女子好みのアイテムばかりが並ぶ

ベイエリアに複数店舗を展開。遊び心あふれるアイテムから実用性の高い小物まで、その幅広い品揃えには定評がある。宝探し気分でお店のなかを物色してみよう。

MAP P.101 D-3 ／ P.84

所545 Valencia St　☎415-865-0981　⏰12:00～21:00（金曜～22:00、土曜11:00～22:00、日曜11:00～）　休無休　カードV、M　URL https://therapystores.com

洋服から雑貨までいろいろなアイテムが並ぶ店内は宝物探し気分で楽しみたい

ヴィンテージっぽい感じがおしゃれなリング

D ニードルス&ペンズ Needles & Pens

地元デザイナーの作品が並ぶ

洋服やアクセサリーから本、雑貨まで、地元デザイナーの作品が並んだ店内は、見ているだけで楽しい。サンフランシスコらしいものが欲しいという人は、ぜひのぞいてみて。

MAP P.101 D-5 ／ P.84

所1173 Valencia St　☎415-872-9189　⏰12:00～19:00　休無休　カードV、M　URL www.needles-pens.com

シンプルだが個性がキラリと光るワンピース

デザイナー手作りのペダント。ピンクのバラがポイント

さまざまなアイテムが整然と並んだ店内

洗練された人気のエリア ヘイズ・バレー Hayes Valley

1 ヘイズ・ストリートに面したラ・ブーランジェリー・ドゥ・サンフランシスコ　2 パトリシアズ・グリーンはローカルの憩いの場　3 コンテナショップが並ぶヘイズ・バレー　4 ヘイズ・ストリートとオクタビア・ストリートの交差点を示す標識

地元の人たちが愛するスタイリッシュな街

サンフランシスコの中心に位置するヘイズ・バレーは、ハイセンスなショップやカフェが並ぶエリア。街を歩く人々も、自分のスタイルをもったクールな人たちが多い。

なかでも特徴的なのは、巨大なレゴブロックのようなカーゴ・コンテナだ。ローカルに人気のアイスクリーム屋さんも、サードウェブコーヒーを代表するカフェも、ここではみんなコンテナショップ。カジュアルな外観の一方で、商品はこだわりのある"本物"というのも、いかにもこの街らしい。

A ペティート・クレン Petit Crenn

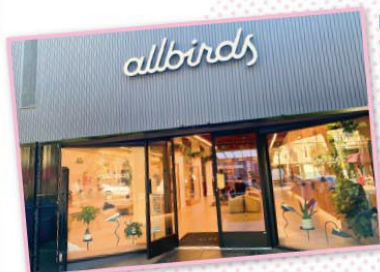
クレン家に伝わる温かな味がベース

シェフの母や祖母、フランス・ブルターニュ地方の味に触発された料理が魅力。繊細な味付けの料理はもちろん、シンプルで美しいインテリアも人気だ。

MAP P.85

所609 Hayes St　☎415-864-1744　L17:00～21:15（金曜～日曜～21:30）　休月曜　カードV、M　料コース$100　URL www.petitcrenn.com

一見素朴に見えるが、その料理はどれもユニークで独創的な味わい

店は、ヘイズ・ストリートに面している

都会的で洗練された外観。ゆったりしたレイアウトが店の特徴

羊毛（ウール）シリーズはいちばん人気。動きやすさと軽やかさがポイント

B オールバーズ allbirds

世界一履き心地のよいスニーカー

環境に配慮したサステイナブルな素材がウリのシューズメーカー。木やウール、サトウキビなどを原料に使った靴は「飛ぶように軽い」と大人気。2020年1月に日本にも進出し、話題沸騰中。

MAP P.85

所425 Hayes St　☎415-802-2800　L11:00～19:00　休無休　カードV、M　URL www.allbirds.com/

木の素材で作られた「ツリーシリーズ」は環境に配慮した呼吸ができる靴

ウールや木の素材で作った靴は大人気。週末は試着の客で混み合う

ヘイズ・バレーへのaccess: ミュニメトロのCivic Center駅やVan Ness駅、バートのCivic Center/UN Plaza駅が便利。

周辺図 P.98
Ivy St. / Laguna St. / Hayes St. / Gough St. / Octavia St. / Linden St. / Fell St.
ラ・ブーランジェリー・ドゥ・サンフランシスコ La Boulangerie de San Francisco
P.91 アブシーン・ブラッスリー&バー Abshinthe Brasserie & Bar
オールバーズ B allbirds
コットン・シープ Cotton Sheep
スブラ Souvla
スタックス STACKS
A ペティート・クレン Petit Crenn
C スミッテン アイスクリーム P.93 Smitten Ice Cream
パトリシアズ・グリーン Patricia's Green
徒歩2分

ヒップでパンクなエリアならこちら ヘイト・アシュベリー

ディケーズ・オブ・ファッション Decades of Fashion

ヴィンテージ・ドレスやアクセサリーのお宝探し

エンタメ業界のスタイリストだったオーナーが集めたヴィンテージのドレスや小物が山盛り。メンズ、レディスとも揃う映画のようなゴージャスな衣装はコスプレも楽しめそう。

MAP P.101 A-1

所1653 Haight St　☎415-551-1653　L11:00～19:00　休無休　カードV、M　URL decadesoffashionsf.com

60年代スタイルのヴィンテージ・アクセサリー$29～

オーナーがデザインしたドレスも

レトロでかわいいものが多い

オーナーデザインのドレス$400

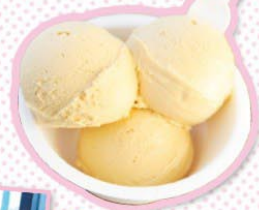
C スミッテン・アイスクリーム Smitten Ice Cream

フレッシュでクリーミー！

高感度はエリアとして評判のヘイズ・バレーにあって、2011年のオープン以来、変わらぬ人気を誇る。目の前でつくられるアイスクリームは、大人も子どもも大好き。

MAP P.85 →P.93

コンテナを改装したお店は、シンプルでかっこいい

お店の近くでは地元の人が犬を連れて散歩をしている姿もよく見かける

4つの基本フレーバーのなかから好きなものを選ぶ

子どもたちも、お気に入りのアイスクリームに大満足

おしゃれなショップが続々登場！
バークレー&オークランド
Berkeley & Oakland

リベラルな空気に包まれた街

バークレーの街を語る上で欠かせないのが、カリフォルニア大学バークレー校。地元の人から「カル（Cal）」と親しまれる同校は、自由な校風で知られる名門校だ。
そんな大学を擁するバークレーはグリーン意識も高く、全米でも有数の進歩的な街。一方のオークランドはサンフランシスコ湾に面した港湾都市で、バークレー同様にリベラルな空気がみなぎる街だ。
サンフランシスコの中心部からバートで約30分。自由闊達なこの街のエネルギーに触れてみよう。

1犬を連れてお散歩をしているローカルが多い　2 1868年に創立したカリフォルニア大学バークレー校。米国の州立大学のなかでも最難関とされる　3ベネフィットにはキュートなパッケージのコスメが多い

革新的な大学の街
バークレー
Berkeley

おしゃれな店が並ぶ4thストリートでエコ&グリーンを楽しもう。
バークレー観光局URL www.visitberkeley.com

A エイケン Aiken
人気のエコブランドが揃う

エコフレンドリーだけどハイセンス、そんな洋服や小物を揃えたセレクトショップ。アーティストデザインのTシャツも人気。オーガニック・コットンなどを使ったグリーンな洋服や雑貨が並ぶ。

MAP P.86
所1809 4th St ☎510-649-9759
L11:00～18:00（月曜10:00～、木～土曜10:00～19:00）
休無休 カードV
URL www.convertstyle.com

1シンプルなデザインがすてきな紺のワンピース$155　2柄の異なる布をはぎ合わせたロングスカートは、柄の組み合わせが絶妙$210　3色鮮やかでエコなアイテムがずらりと並ぶ店内

バークレーへのaccess:
UCバークレー校へは、バートRichmond-Millbrae ラインのRichmond行きに乗り、Downtown Berkeley下車。おしゃれなお店が集まる4thストリートは、North Berkeleyで下りるほうが便利。

C ベネフィット Benefit
女子好みのキュートコスメ

サンフランシスコ発のコスメ・メーカー。質の高いアイテムで、ハリウッドセレブたちからも高い評価を受けている。50s風のイラストがついたパッケージがかわいい。

MAP P.86
所1831 4th St ☎510-981-9858 L9:00～19:00（土曜～18:30、日・月曜10:00～18:00）休無休 カードV、M
URL www.benefitcosmetics.com

↑パステル・カラーで彩られた店内
←パッケージもかわいく、おみやげにもぴったりなチーク

↓広々とした店内には暮らしを楽しくしてくれそうなアイテムがいっぱい

1 2ユニークなイラストが描かれたクッションは、子どもっぽくないのがいい

↑プラスチック製のフォトスタンド

B シービーツー CB2
クレート&バレルの姉妹店

機能的でおしゃれな家具や雑貨で知られるクレート&バレルのセカンドライン。店内には、かわいい雑貨やセンスのいい家具などが並ぶ。インテリアの参考になりそうなディスプレイも楽しい。→付録P.7

MAP P.86
所1730 4th St
☎510-558-0106
L10:00～19:00
休無休 カードV、M
URL www.cb2.com

1 4th Stに面して立つアップルストア 2 UCバークレー校の"芝生広場"は、学生やローカルの憩いの場 3 ロックリッジにあるカフェ。壁一面に描かれた絵はコーヒーがテーマ 4 コンバートにあった小ぶりのリュックは女性にぴったり 5 ベッラ・ヴィータの店内

オークランドのaccess:
オークランドのベイエリアへはバートRichmond/Daly City-Millbraeライン、Pittsburg/Bay Point-SFO-Millbraeラインの12th St/Oakland City Center駅利用が便利。ロックリッジへは、バートPittsburg/ Bay Point/SFO-MillbraeラインのRockridge駅下車。

D カフェM
Café M

気軽にモダン・アメリカンを

明るく開放的な店内で、気軽に朝食ランチが楽しめる。オーガニックを使った料理もあり、テイクアウトもできるので便利。日当たりのよいテラス席はとても人気で、いつも多くの人でにぎわっている。

今日のランチはカフェMにしましょ

MAP P.86
所 1799 4th St ☎510-526-4429
営 8:00 ～ 15:00（土・日曜～ 15:30） 休 無休
カード V、M、A URL cafemberkeley.net

↑バナナやイチゴがのったフレンチトーストは、朝食メニューのひとつ →ワンプレート料理もいろいろ揃っている

↑広々とした店内でアメリカらしい料理が楽しめる

自由な気風に包まれた街
オークランド Oakland

かわいい店が並ぶカレッジ・アベニューをクルーズしよう！
オークランド観光局 URL www.visitoakland.com

↓かわいいお家のようなショップ。ワンピースやバッグ、アクセサリーがたくさん並ぶ

ローカル御用達の素敵なお店が多いよ♪

←ヴィンテージ柄の布を使ったハンドメイドの髪留め各$6

F ベッラ・ヴィータ
Bella Vita

ヴィンテージっぽいファッションや小物

キュートなデザインにヴィンテージ・テイストを加えたファッションや小物類が揃う。地元デザイナーのものと、オーナーが作らせたオリジナルがある。→付録P.7

MAP P.87
所 5511 College Ave ☎510-653-1639
営 11:00 ～ 18:00（日曜12:00 ～ 17:00）
休 無休 カード V、M
URL www.bellavitahome.com

→地元ベーカリーのアーモンド&チョコのクッキー
↓ベイエリア産食品のコーナーがある

G ロックリッジ・マーケット・ホール
Rockridge Market Hall

ベイエリアの食料品が豊富に揃う

オークランドとバークレーに展開するグロサリー。輸入品とベイエリア生まれの食品が中心で、ジャムやチョコレート、コーヒー、紅茶などがおみやげにぴったり。

MAP P.87
所 5655 College Ave
☎510-250-6005 営 9:00 ～ 20:00（土・日曜～ 19:00）
休 無休 カード V、M、A
URL www.rockridgemarkethall.com

↑ショーケースには、カラフルなチョコレートが並ぶ
→シティーホールにもほど近い立地

E ブルース・チョコレート・バークレー
Blue's Chocolates Berkeley

バークレー生まれのチョコ専門店

ラズベリーやピーチなどの食材は地元のファーマーズ・マーケットで購入。最高の食材を使った、ジュエリーのような美しい手作りチョコが自慢だ。さまざまなフレーバーのアイスも人気。

MAP P.87
所 1964 University Ave ☎510-705-8800
営 11:00 ～ 19:00（金・土曜は～21:00）
休 無休 カード V、M URL www.chocolatierblue.com

「サンフランシスコ」イチオシ！ グルメNavi

ローカルおすすめ！

豊かな大地と海に恵まれたサンフランシスコは、西海岸きってのグルメシティ。「食都」と称されるこの街には、味にうるさいローカルをうならせるレストランが集まっている。

Navi 1 絶景レストランで味わう シーフード

サンフランシスコに来たらやっぱりシーフードは欠かせない！ 海沿いのナイスビューレストランで食べたら、おいしさもアップ。

ベイブリッジを見上げる迫力の眺望

新鮮な地元産を使ってる

ソフトシェルクラブはローカルも大好き

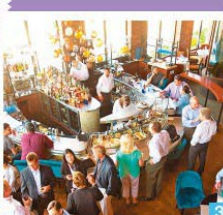
フェリービルディング ☎ MAP P.98 H-2

ウォーターバー
Waterbar

潮風の香りを楽しみながらシーフードを

ベイブリッジのたもとにあって眺望は抜群。地元雑誌でベストビュー・レストランにも選ばれた、レンガ造りのレトロな建物がおしゃれな店。新鮮な魚貝類や地元産のオーガニック食材を使った料理は、ローカルにも評判。カキが$1.05で食べられるハッピーアワーも見逃せない。キッズメニューあり。

所399 The Embarcadero
交ミュニメトロEmbarcaderoまたはFolsom駅からすぐ
☎415-284-9922 ⏰11:30～22:00（日・月曜～21:00）
休無休 料L$24～、D$44～ カードV、M、A
URL www.waterbarsf.com

おすすめMENU
- キングサーモンのスモーク $19
- トンボマグロのグリル $39

1ベイブリッジを間近に見上げる、人気のテラス席 2地元産タラの野菜添えは色がキレイ 3ハッピーアワーには、近隣の会社に勤めるビジネスパーソンがいっぱい 4迫力満点のクリスプ・ソフトシェル・クラブ

フィッシャーマンズ・ワーフ MAP P.100 F-1／P.74

スコマズ
Scoma's

桟橋の上にある人気レストラン

窓の外に港の風景を眺め、船のダイニングのような内装も港町ムード満点。新鮮な魚介を用い、素材の味を生かして作るシンプルな料理が評判だ。イタリア風の料理が多く、魚介をトマトで煮込んだ「漁師のシチュー（Lazy Man's Cioppino）」$43は看板メニュー。キッズメニューあり。

サックサクに揚げたエビが美味

所1965 Al Scoma Way 交ケーブルカーPowell-Hyde線Beach St&Hyde St側のターンテーブルから徒歩7分
☎415-771-4383 ⏰11:30～21:30（金・土曜～22:00）、バーは11:00～
休無休 料L$35～、D$60～ カードV、M、A、J URL www.scomas.com

1クリスピー・シュリンプ・トルペード。ライスタピオカ粉の衣で揚げてサクサクに 21965年の開店以来、親しみやすい雰囲気と眺望、料理が評判 3魚、ムール貝など魚介がたっぷりのアクアパッツァ

おすすめMENU
- ホタテ貝とエビのソテー $35
- ダンジネスクラブのカクテル $21

新鮮な魚介のおいしさがギュッ！

Navi 2
カラダが喜ぶ自然の恵み オーガニック

サンフランシスコはオーガニックとヘルシーにこだわったレストランがいっぱい。旅の途中で、カラダの中からきれいになろう！

ミッション ☎ MAP P.101 D-4

フォーリン・シネマ
Foreign Cinema

映画を見ながらディナーを

料理の約80%はオーガニックという、素材にこだわったカリフォルニア料理の店。その味は、1999年のオープン以来、国内外で高い評価を得ている。中庭の白壁に映画を上映する趣向も人気で、中庭席から埋まっていくほど。

所2534 Mission St
交バート24th St Mission駅から徒歩7分 ☎415-648-7600
L17:30〜22:00（木〜土曜〜23:00、ブランチ土・日曜11:00〜14:30） 休無休 料$35〜
カードV、M、A
URL www.foreigncinema.com

おすすめMENU
- ●炙りマグロの野菜とひよこ豆添え $26
- ●イワシの燻製とヤギのチーズ $11

1 香草のセランチュラにモンチェゴチーズをのせたシーザーズサラダ 2 表面を少しあぶったマグロに野菜や豆を添えたひと皿 3 右手の白い壁に上映される往年の映画も人気

ドッグパッチ MAP P.98 H-5

ピッチーノ
Piccino

地元で人気の絶品ピザ

2006年に2人の女性がオープンさせたイタリアン。仲のよい友人の家に招かれたような心地よい空間と、オーガニックの食材を使ったシンプルで美しい料理が特徴だ。旬の食材を使った季節のピザがおすすめ。

所1001 Minnesota St 交ミュニメトロT線3rd St & 20th Stから徒歩5分 ☎415-824-4224
L11:00〜22:00 休月曜
料L$21〜、D$30〜 カードV、M
URL www.piccinocafe.com

1 食材は地元の小規模農家から直接買い入れる。クリスピーな生地のシンプルなピザは絶品 2 木を基調にしたあたたかい雰囲気の店内。オープンキッチンに面したカウンター席もある 3 みずみずしい野菜のサラダ

おすすめMENU
- ●バジルとチーズのピザ $18
- ●キュウリや柑橘類のサラダ $6

フォート・メイソン ☎ MAP P.98 F-1

グリーンズ・レストラン
Greens Restaurant

ベジタリアン・レストランの代表格

1979年オープン。小規模農家やファーマーズ・マーケットで揃える食材は、ほとんどオーガニックだ。見た目はシンプルだが、料理はいずれもボリュームがあって、素材の味がしっかり引き出されていている。

所2 Marina Blvd,Fort Mason Building A 交フィッシャーマンズ・ワーフから徒歩20分 ☎415-771-6222 L11:30〜14:30、17:30〜21:00（金〜日曜17:00〜、ブランチは日曜の10:30〜14:00） 休月曜のランチ
料L$25〜、D$36〜 カードV、M、A
URL www.greensrestaurant.com

おすすめMENU
- ●季節のチーズの盛り合わせ $16
- ●キノコ、野菜、グラスヌードルの炒めもの $28

1 倉庫を改装した店内。大きなガラス張りの窓からは、サンフランシスコ湾が一望できる 2 季節によって仕入れる野菜が異なるので、メニューはほぼ日替わり 3 旬の旨みが感じられる串焼き

Navi 3

洗練された"食都"の味 カリフォルニア料理

新鮮な海の幸や野菜を使った、伝統にとらわれず、自由な発想で作られたものがカリフォルニア料理。新鮮かつヘルシー！が身上だ。

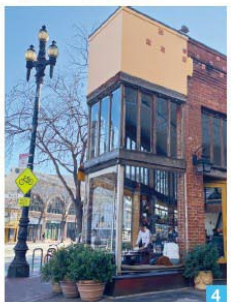
1さまざまな産地のカキが揃っている 2ズーニーカフェオリジナルのワインも 3小さな入り口の奥にある広いバーカウンターが特徴的 4三角形の特徴的な外観が目印

ヘイズ・バレー ☎ MAP P.98 F-4

ズーニーカフェ
Zuni Café

素材の旨みを大切にした老舗の味

1979年にオープンしたカリフォルニア料理の老舗。元シェパニーズに勤めていたシェフとパートナーが30年前に始めた店だが、長年地元の人たちに愛され続けている。オーガニック食材を使ったシンプルな料理が特徴だ。屋外の席は予約なしでもOK。

所1658 Market St 交ミュニメトロVan Nessから徒歩3分 ☎415-552-2522 L11:30～23:00（金・土曜～24:00、日曜11:00～） 休月曜 料$50～ カードV、M URL zunicafe.com

おすすめMENU
- ●地元産のキングサーモンのグリル $34
- ●ローストチキン（2人前）$63

おすすめMENU
- ●川魚のスモーク、パールオニオンのフライ、バターミルク添え
- ●ロースト・ベビービーツ

ユニオン・スクエア ☎ MAP P.100 E-3

サンズ&ドウターズ
Sons & Daughters

野菜が主役の洗練された美しい料理

ミシュラン1つ星を獲得、グルメ誌などで絶賛されているレストラン。メニューはコースのみで、前菜からデザートまで7品が登場。どの料理にも、自社農場のオーガニック野菜や果物をふんだんに使用する。ひと皿ごとに野菜のおいしさに目覚めるはず！

所708 Bush St 交ユニオン・スクエアから徒歩9分 ☎415-391-8311 L17:00～21:30 休月・火曜 料テイスティングメニュー$145 カードV、M、A URL www.sonsanddaughterssf.com

1香り高くスモークした川魚。サクサクのオニオンや花で彩り美しく 2ローストしたビーツにハーブを添えて 328席のこぢんまりとした店で雰囲気もサービスも上質。少しおしゃれして行こう。要予約

ヘイト・アシュベリー ☎ MAP P.98 E-4

ノーパ
Nopa

高感度な人々が集まる超人気のレストラン

サンフランシスコでも、予約の取りにくいレストランとして知られる。メニューはいずれも飾り気がなくシンプル。しかし、地元産の季節の食材を薪でていねいに作り上げたそれらの料理は、舌に優しく味わい深い。

所560 Divisadero St 交ミュニバス21番Divisadero St & Hayes Stからすぐ ☎415-864-8643 L18:00～24:00（金・土曜～翌1:00、ブランチは土・日曜11:00～14:30） 休無休 料$40～ カードV、M URL www.nopasf.com

1オープンするとすぐに人でいっぱいに 2鮭の薪ロースト野菜添え。食材や調理方法にもこだわっている 3アヒル肉のローストは皮はぱりっと中はジューシー

おすすめMENU
- ●アヒルのもも肉のロースト、野菜添え $38
- ●マスの燻製、マンダリンなどを添えて

Navi 4 ワインがおいしい店

本場の美酒でカンパーイ！

グルメ都市サンフランシスコは、ワインだってハイレベル。レストラン、バーなどタイプもさまざまなこの3店をリコメンド！

ミッション MAP P.101 C-2

フィグ・アンド・ディスティル
Fig & Thistle

ナチュラルワインが気軽に楽しめる

カリフォルニアをはじめ世界を代表するナチュラルワインの銘柄がそろう。好きなワイン3種類を選び試飲（$13）でき、ボトルも購入できる。ツマミは山羊のチーズとフルーツプレートが人気。

所691 14th St
交ミュニメトロN線Churchからすぐ
☎415-639-9694
営14:00～22:00（金・土曜～24:00、日曜12:00～19:00）
休無休
カードV、M、A
URL www.figandthistlesf.com/

おすすめMENU
●庭の野菜のリゾット$11.95
●ブラックプディング、ベーコン、クレソンのハウスサラダ$5.50

1世界のナチュラルワインが棚に並び、ワインの知識豊富な従業員が好みのワインを探してくれる　2こじんまりした店だが、夕方や週末は大混雑する　3山羊のヘルシーなチーズとフルーツナッツのスナックが人気

おすすめMENU
●マッシュルームとグリルド・チーズのサンドイッチ $14
●アブシーン・ハンバーガー $20

ヘイズ・バレー MAP P.85

アブシーン・ブラッスリー＆バー
Absinthe Brasserie & Bar

ちょっと大人なブラッスリー

洗練された大人の街ヘイズ・バレーで長年愛されているブラッスリー。ワインショップも経営し、世界中から仕入れた数千種類のワインから厳選して提供。手ごろな価格で上質なワインを楽しめる。

所398 Hayes St at Gough　交ミュニメトロF線Market St & Gough St駅から徒歩7分
☎415-551-1590　営11:30～23:00（木・金曜～24:00、土曜11:00～24:00、日曜11:00～22:00、ブランチは土・日曜11:00～15:00）　休無休
料グラスワイン$9～　カードV、M、A
URL www.absinthe.com

1ワインは赤、白、シャンパンなど約20種類。カクテルも豊富だ　2おいしい料理、行き届いたサービスも評判だ　3クラシックな雰囲気のブラッスリー。ゆっくり食事とワインを楽しみたい

パシフィック・ハイツ MAP P.101 B-3／P.83

ワイルドシード
Wildseed

おしゃれストリートでワインを

今、いちばんホットなベジタリアン料理の店。野菜やフルーツ、代替肉などを使った想像的でおいしいメニューが人気を呼んでいる。カリフォルニアワインのメニューも充実。バーカウンターで、一人でも入りやすい。

所2000 Union St　交ミュニバス41・45番Union St & Buchanan Stからすぐ　☎415-872-7350　営11:30～22:00（金曜～23:00、土曜～15:00、17:00～23:00日曜～15:00、17:00～22:00）　休無休　カードV、M、A　URL wildseedsf.com

ワインをカジュアルに

ワイルドシード特製サラダとホワイトワインが合う

おすすめMENU
●ワイルドシード・バーガー　$15
●ポルチーニのリゾット　$20
●オリーブのマリネ　$5

3天気の良い日は、昼からワインを片手に外で食事をする人が多い　4明るい店内は広々としている。ワインは、ナパとソノマのものが多い

1 きれいにラテ・アートが施されたコーヒー。バリスタのセンスと腕の良さがうかがい知れる　2 自転車通勤のスタッフのために、バックヤードには自転車置き場も　3 広々とした店内には犬を連れたお客様も　4 フィルターコーヒーは、じっくり時間をかけて作るのがポイント

ミッション　MAP P.101 D-2／P.84

フォーバレル・コーヒー
Four Barrel Coffee

ベイエリアのコーヒー熱に拍車をかける

今いちばんホットなエリアといわれるミッションに、2008年オープン。以来、高感度なローカルの心をとらえて離さないのがこのカフェだ。豆や焙煎から入れ方にいたるまで、どの段階でも手を抜かないこだわりの味は、毎日開店直後から行列ができることでもうかがえる。

所 375 Valencia St　交 ミュニメトロF線Market St & Gough Stから徒歩6分　☎ 415-252-0800
L 7:00～20:00　休 無休
カード V、M　URL fourbarrelcoffee.com

おいしさの秘密

バックヤードには巨大な焙煎機があり、スタッフが付きっきりで行程を見守る。焙煎時間で風味が変わるので、常に真剣勝負だ。

Navi

おいしくってスタイリッシュ

5 グルメコーヒーの店

めまぐるしく進化を続けるサンフランシスコのコーヒーシーン。そのなかにあって、深煎りコーヒーを愛してやまないローカルが太鼓判を押す人気のカフェを紹介しよう。

New Wave

ロボットカフェ
無人キャッシュレスコンビニ…

サンフランシスコの新たな波

著名なIT企業の本社が集中し、"新たなモノが生まれるエリア"として知られるサンフランシスコ・ベイエリア。そこで近年注目を集めているのが、コーヒーやハンバーガーをロボットがつくる店や無人のコンビニだ。話題の店を集めてみた。

クリエイター Creator

MAP P.100 H-5

バーガー製造機がパンズやパテ、野菜、チーズなどを重ねていく様子が丸見え。→P.69

URL creator.rest

カフェX Café X

MAP P.97 B-4

2018年にサンフランシスコに登場したこの店がトレンドの火付け役。ロボットバリスタがコーヒーをつくる。現在はサンフランシスコ空港とサンノゼ空港の搭乗フロアにあるのみ。　URL cafexapp.com/

アマゾンGo Amazon Go

MAP P.100 H-2ほか

入店時に専用のアプリを機械にかざせば、店内の購買シーンをカメラで確認されるので、商品を持ってそのまま出られる無人コンビニ。　URL www.amazon.com/

こちらもおすすめ

ヨーカイ・エクスプレス Yo-kai Express

45秒待つだけで熱々のラーメン、うどん、フォーが食べられるヌードル自動販売機。すべて生麺で野菜やチャーシューもフレッシュ。

URL www.yokaiexpress.com/

ブレンディット Blendid

好きな野菜や果物をタブレットから選ぶと、ロボットが食材を取り出しブレンドしてくれる。URL www.blendid.com

ソーマ　MAP P.100 F-5

ブルーボトルコーヒー
Blue Bottle Coffee

新世代コーヒーのリーダー的存在

日本でも大人気の新世代コーヒーの雄。2002年のオープンから、「焙煎してから48時間以内のコーヒーしか販売しない。上質のオーガニックで無農薬、日陰栽培の豆しか使わない」というポリシーを貫く。どの店も長蛇ができるほどの人気店だ。

所 66 Mint St　交 ユニオン・スクエアから徒歩6分
☎ 510-653-3394　L 7:00～19:00
休 無休　カード V、M
URL www.bluebottlecoffee.com

1 好きなコーヒーをオーダーして、思い思いに時間を過ごす　2 深い味わいが魅力のカフェ・ラテ。ラテアートもかわいい　3 週末は親子連れも多い。店内は、いつも人でいっぱいだ　4 ベルギースタイルのワッフルは人気の朝食メニュー。コーヒーとの相性も抜群　5 細かなオーダーにも笑顔で応えるスタッフ

豆の個性を最大限引き出す入れ方を実践

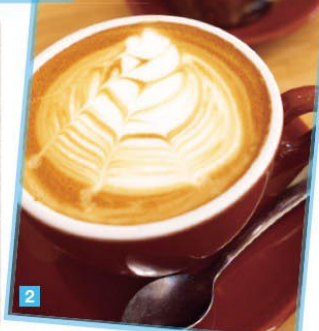
入れ方で味はずいぶん違いますよ

おいしさの秘密

ブルー ボトル コーヒーは、アメリカで初めてサイホンコーヒーを出した店。いれるのに少々時間がかかるが、豊かな味と香りで人気だ。

不思議？ 目の前で作るアイスクリーム

Navi 6 平日でも行列ができる 人気のスイーツ

アメリカのスイーツというと、甘すぎ、大きすぎ…そんなイメージ？　NO！　サンフランシスコでは新鮮な素材で作る、日本人好みの甘さ控えめ、繊細なスイーツが目白押し！

Ice Cream

ヘイズ・バレー　MAP P.85

スミッテン・アイスクリーム
Smitten Ice Cream

オーダーメイド&作りたて

素材となるクリームなどを超低温の液体窒素を利用した専用マシンに入れるとあら不思議、目の前でアイスクリームが出来上がり！　クリームは地元の牧場から取り寄せており、とろけるような舌触り、コクのある風味が絶品。

定番人気の塩キャラメルのフレーバー

所432 Octavia St #1A
交ミュニメトロF線Market St & Gough Stから徒歩7分
☎415-863-1518　営12:00～22:00（木～土曜～23:00）
休無休　カード不可　URL smittenicecream.com

1 バニラ、チョコレートなどのほか季節のフルーツ風味も登場　2 スモールはどのフレーバーも$7　3 女性オーナーがリヤカーからスタートした店。ロゴにリヤカーの絵が　4 コンテナを改装したお店

スミッテン・アイスクリームはこうしてできる!!

材料をマシンに入れ液体窒素で冷やして撹拌

液体窒素の煙がモクモク。60秒でできあがり

ほっぺがゆるむ魅惑のジェラート♥

Italian gelato

本格派のイタリアンジェラートをどうぞ

ユニオン・ストリート　MAP P.101 B-3／P.83

ジオ・ジェラーティ
Gio Gelati

ねっとりとした食感が人気

本格的なイタリアンジェラートの店。カリフォルニア産の食材にこだわり、アイスクリームより少しねばり気のある食感が人気。エスプレッソなどのドリンクやクッキーも販売し、イートインスペースもある。

所1998 Union St　交ミュニバス45番Union St& Buchanan Stからすぐ　☎415-867-1306　営10:00～22:00（金・土曜～23:00）
休無休　カードV、M　URL giogelati.com

1 食材にこだわった滑らかなジェラートはフレーバーも豊富
2 イタリアンクッキーやケーキなどもある
3 ストリート角に構える白とピンクを基調とした外観

おみやげにおすすめ!

➡さまざまなチョコレートが並ぶ店内。おすすめはバーンキャラメルとブラックボックス

サンフランシスコ発のチョコレート屋さん!!

フェリービルディング　MAP P.98 H-2

リキュイッティ コンフェクション
Recchiuti Confections

高級アルティザントリュフ

手作り、少量生産がモットーのトリュフチョコで、サンフランシスコのパイオニア的存在。濃厚でメルティングなチョコとフルーツ、スパイスの絶妙なコラボは他で味わえない。

⬅味だけではなく見た目もかわいい
➡高級感漂う箱入りは16個入りで$45

所One Ferry Building, Shop #30（フェリービル店）
交ユニオンスクエアから徒歩12分　☎415-834-9494
営10:00～19:00（土曜8:00～18:00、日曜～17:00）
休無休　カードV、M　URL recchiuti.com

オーガニック素材でフレッシュ&クリーミー

複数のフレーバーを組み合わせて

Ice Cream

ミッション　MAP P.101 C-3／P.84

バイライト・クリマリー
Bi-Rite Creamery

クリーミーな絶品アイスクリーム

ミッションにあるオーガニック食料品店が経営。毎日手作りされるアイスクリームが約15～20種類揃い、試食もOKだ。ミルクや果物などの素材は、すべて近郊のものを使用。素材の味を生かしたクリーミーなアイスクリームは病みつき！

所3692 18th St　交ミュニメトロJ線Church & 18th Stから徒歩3分　☎415-626-5600
営11:00～22:00　休無休　カード不可
URL biritecreamery.com

1 サイズ、フレーバー、カップかコーンを選んでオーダー　2 シングル$3.50でフレーバーを2種類まで選べる　3 店の外まで行列ができる人気店

San Francisco

街歩きするのに超便利！ホテルセレクション

観光都市として人気が高いサンフランシスコは、ユニオン・スクエア周辺とフィッシャーマンズ・ワーフ近くにホテルが集中している。観光に買い物、食事に便利なホテルを選んで旅をエンジョイ！

エグゼクティブ ホテル ヴィンテージ コート・サンフランシスコ
Executive Hotel Vintage Court San Francisco

毎晩行うワイン・テイスティングが好評 おしゃれなブティックホテル

MAP P.100 F-3 ユニオン・スクエア

ユニオン・スクエアとチャイナタウンまで2ブロック、ケーブルカー乗り場も近い抜群のロケーション。設備の整った客室は落ち着いた雰囲気で、暖炉のあるロビーも居心地がいい。ワインがテーマの一つで、毎日夕方に行うワイン試飲のサービスも楽しみ。

所650 Bush St 交ユニオン・スクエアから徒歩5分 ☎415-392-4666 室106室 料$129～399 カードV、M、A、J URL www.executivehotels.net/sanfranciscohotel

1暖炉の周りにソファが置かれ家庭のリビングのように居心地のいいロビー。フレンドリーなスタッフが迎えてくれる 2グリーンを基調に、ダークウッドの家具を配置した落ち着いた雰囲気の客室 3 1階のダイニングルームでは朝食やコーヒーを用意。コンチネンタル・ブレックファスト$8.95など 4ヨーロッパスタイルのエレガントな客室インテリア

ヴァーティゴ・サンフランシスコ
Hotel Vertigo San Francisco

ヒッチコック映画をテーマにした モダンで快適なデザイナーズホテル

サスペンスの巨匠ヒッチコック監督の、サンフランシスコを舞台にした映画『めまい』がテーマ。シンプルな客室に鮮やかなオレンジの家具や室内装飾、デコラティブな調度品が配され、独特の雰囲気を醸し出す。バスルーム＆シャワーなどの客室設備も清潔で快適。

1モダンでシンプルな空間にオレンジ色がアクセントになった客室

2ロビーでは映画「めまい」のDVDが流れている
3ユニオン・スクエアに近く観光にもビジネスにも便利な立地

MAP P.98 F-3 ノブ・ヒル

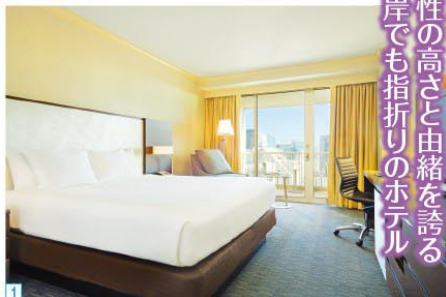
所940 Sutter St
交ユニオン・スクエアから徒歩12分
☎415-885-6800 室102室
料$139～309 カードV、M、A、J
URL www.hotelvertigosf.com

ヒルトン・サンフランシスコ・ユニオン・スクエア
Hilton San Francisco Union Square

利便性の高さと由緒を誇る 西海岸でも指折りのホテル

MAP P.100 E-4／P.81 ユニオン・スクエア

ダウンタウンの中心エリアに位置し、どこへ行くのも便利。ダブルベッドのツインルームは全室バスタブが付いていて、日本人には人気が高い。Wi-Fiもロビーでは無料で利用できる。

所333 O' Farrell St
交ユニオン・スクエアから徒歩5分
☎415-771-1400
室1908室
料K$189～ カードV、M、A、J
URL www.hiltonsanfranciscohotel.com

1清潔感あふれる客室。アメニティも充実。きめ細やかなサービスを提供している

2朝食バイキングは料理の種類もバラエティ豊か 3 16階にはプールがあり、とても気持ちがよく、のんびりしたい人にはいい

ホワイト・スワン・イン

White Swan Inn

MAP P.100 E-3 ユニオン・スクエア

英国田舎家風のプチホテル

ユニオン・スクエアの近くに位置するアットホームなホテル。エレガントな雰囲気にまとめられた客室は女子好み。キッシュやソーセージ、フルーツなどが用意された朝食が好評。

所845 Bush St 交ユニオン・スクエアから徒歩6分 ☎415-775-1755 室26室 料Q/T$160.65～ カードV、M、A、J URLwww.whiteswaninnsf.com

オーチャード・ガーデン

Orchard Garden Hotel

MAP P.100 G-3 ユニオン・スクエア

エココンシャスなホテル

環境保護をコンセプトに建てられたホテル。建物に使っているコンクリートはリサイクル素材。アメニティもオーガニック製品を揃えている。全室ノースモーキング。

所466 Bush St 交ユニオン・スクエアから徒歩5分 ☎415-399-9807 室86室 料D+D$179～ カードV、M、A URLwww.theorchardgardenhotel.com

エンブレム・サンフランシスコ

Hotel Emblem San Francisco

MAP P.100 F-3 ／ P.81 ユニオン・スクエア

街の歴史を体感できるホテル

サンフランシスコの1920～30年代の芸術と文学にインスピレーションを受けたブティックホテル。アンティーク調の内装でレトロな趣たっぷり。スタッフの温かな対応も心地いい。

所562 Sutter St 交ユニオン・スクエアから徒歩3分 ☎415-433-4434 室86室 料S$398～ カードV、M、A、J URLwww.viceroyhotelsandresorts.com/emblem

プティット・オーベルジュ

Petite Auberge

MAP P.100 E-3 ユニオン・スクエア

ロマンティクなひとときを過ごす

自家製朝食や夕方のオードブルとワインのおもてなしがうれしいフレンチ・テイストの優雅なホテル。客室ごとに異なるチャーミングな内装が女性やカップルに人気。

所863 Bush St 交ユニオン・スクエアから徒歩7分 ☎415-928-6000 室26室 料Q/T$143.65～ カードV、M、A、J URLwww.petiteaubergesf.com

ヴィターレ

Hotel Vitale

MAP P.98 H-2 ファイナンシャル・ディストリクト

ウォーターフロントで眺望は抜群

客室は壁一面の大きな窓が明るくて開放的。上層階の客室からは海や橋やアルカトラズ島が見える。落ち着いた優雅さの中にもスタイリッシュでエコ・フレンドリーな雰囲気。

所8 Mission St 交フェリービルディングから徒歩3分 ☎415-278-3700 室200室 料D+D$299～ カードV、M、A、J URLwww.hotelvitale.com

ハーバーコート

Harbor Court

MAP P.98 H-2 ファイナンシャル・ディストリクト

観光に抜群のロケーション

ベイブリッジ望むオーシャン・ビューは最高。客室は、ゴールドとパープルを基調とした豪華な内装が印象的。ユニオン・スクエアやノースビーチからのアクセスもいい。

所165 Steuart St 交フェリービルディングから徒歩5分 ☎415-882-1300 室131室 料S$229～ カードV、M、A、J URLwww.harborcourthotel.com

W サンフランシスコ

W San Francisco

MAP P.100 H-5 ／ P.81 ソーマ

美術館や博物館にも近い立地

サンフランシスコ近代美術館に隣接するホテルで、機能美を備えた近代的な空間が魅力。「リビングルーム」と呼ぶ、3階吹き抜けのロビーは、インターネットも無料で利用可能。

所181 3rd St 交ユニオン・スクエアから徒歩7分 ☎415-777-5300 室404室 料S$219～ カードV、M、A、J URLwww.wsanfrancisco.com

クィーン・アン

Queen Anne

MAP P.101 B-5 パシフィック・ハイツ

歴史あるクラシカルホテル

館内は細かなディテールにこだわった重厚感があるインテリアが配されている。客室により内装は異なるが、それぞれビクトリア調のアンティーク家具が置かれ清楚な印象。

所1590 Sutter St 交ジャパン・センターから徒歩5分 ☎415-441-2828 室48室 料K$125～ カードV、M、A、J URLwww.queenanne.com

Hotel アドバイス Part 2

■チップの目安
ベルボーイに荷物を運んでもらったら荷物1個につき$1～2、何か持ってきてもらうなど頼みごとをしたら$1～2、ルームサービスは料金の15%が目安。ベッドメイキングはベッド1台につき$1～2を枕の上に。

■ホテルの部屋も禁煙です
ホテルは基本的に客室も禁煙。喫煙可の部屋を備えるホテルは少ないが、希望なら予約時に確認しよう。

■ホテルの宿泊税
多くのホテルがルーム・チャージに宿泊税14～16%が加算される。ホテルによって税率が異なるので事前に確認を。

■Hotel アドバイス Part 1 →P.57

アルゴノート

Argonaut Hotel

MAP P.100 E-1 ／ P.74 フィッシャーマンズ・ワーフ

海をイメージした客室は個性豊か

倉庫として使われていた建物を「船・海事」をテーマに改築したユニークなホテル。ほとんどの客室からサンフランシスコ湾が見える。毎晩行われるワイン・テイスティングが好評。

所495 Jefferson St 交ケーブルカーPowell-Hyde線Hyde St & Beach Stからすぐ ☎415-563-0800 室252室 料D+D$219～ カードV、M、A、J URLwww.argonauthotel.com

サンフランシスコの市内交通

サンフランシスコの観光スポットは中心部に集まっているので、歩いて回るのも楽しい。坂の多い街で活躍するケーブルカーは観光の目玉だ。ミュニメトロ（路面電車）やバスも上手に活用したい。バークレーやミッションなどの郊外へはバートで。

ミュニメトロ Muni Metro

⬆カラフルな車体のF線は、観光に便利な路線

市が運営する路面電車で8路線ある。多くの路線は、ダウンタウンではマーケットストリートの地下を走り、それ以外では地上を走っている。料金は1回$3(クリッパーカード$2.50)。駅の券売機でチケットを購入するか、先頭車両から乗車して現金で支払い、トランスファーチケットをもらう。車内ではおつりは出ない。

URL www.sfmta.com

ミュニバス Muni Bus

市が運営する路線バス。路線が複雑なので、公式サイトなどのルート検索を活用しよう。料金は1回$3(クリッパーカード$2.50)。現金の場合は、前のドアから乗車し、運賃箱へ入れて、トランスファーチケットを受け取る。おつりは出ないので小銭の用意を。クリッパーカードは読取機へタッチ。2時間以内なら何回でもミュニメトロやミュニバスへ乗り換えられる。

URL www.sfmta.com

⬆路線が複雑なので乗車前には確認を

ケーブルカー Cable Car

交通手段としてよりも、観光として人気があるため、いつも混み合っている。路線は、ユニオン·スクエア南のパウエル·ストリート&マーケット·ストリートからフィッシャーマンズ·ワーフまでを南北に結ぶパウエル·ハイド線（P/H線）とパウエル·メイソン線（P/M線）、カリフォルニア·ストリートを東西に走るカリフォルニア線（C線）の3つ。6:00頃～深夜0:30頃まで、約10分間隔で運行。料金は1回$8で、発着所にあるブースでチケットを購入するか、乗車してから車掌に支払う。ミュニパスポートやクリッパーカードも使える。ミュニバスやミュニメトロとの無料乗り換えはできない。

URL www.sfmta.com

➡サンフランシスコ名物のケーブルカー。ステップ乗車するときは車に気を付けて

便利なキップを利用しよう

（購入場所）
観光案内所やMTAのキオスクなどで販売。クリッパーカードはミュニメトロやバートの駅でも購入可能。

クリッパーカード Clipper Card

ミュニメトロやミュニバス、ケーブルカー、バートなどで使えるプリペイド式ICカード。カード代金は通常$3。入金は駅の券売機や窓口などで。乗車時と降車時には改札機や運賃箱にあるカード読み取り部にタッチする。 URL www.clippercard.com

ミュニパスポート Mumi Passport

ミュニメトロ、ミュニバス、ケーブルカーに乗り放題のパス。1、3、7日の3種類あり、1日券は$22(クリッパーカード$13)。

ミュニモバイル MuniMobile

チケットやミュニパスポートが購入できる公式アプリ。アカウントとクレジットカード登録などが必要。乗車前にチケットの有効化をする。

サンフランシスコ主要バス路線図

ミュニバス Muni Bus / ケーブルカー Cable Car / 停車駅 ミュニメトロ Muni Metro / 停車駅 バート Bart

バート BART

サンフランシスコとバークレーやオークランドなどの近郊を結ぶ高速鉄道。ダウンタウンではマーケット·ストリートの地下を走っている。乗車には券売機でチケットを購入するか、クリッパーカードが必要。紙のチケットは1回50¢の追加料金がかかり、駅によっては購入できないこともある。ミュニパスポートは使えない。URL www.bart.gov

タクシー Taxi

流しのタクシーは少ないので、ホテルやタクシー乗り場から利用する。レストランなどでは電話で呼んでもらおう。夜遅くなった場合は安全のため必ず利用したい。初乗り料金は$3.50。料金の15%程度のチップを忘れずに。

観光案内所はこちら

サンフランシスコ·ビジター·インフォメーション·センター MAP P.100 F-5

所 Moscone Center, 749 Howard St.
L 9:00～17:00（土·日曜、祝日～15:00）
休 無休
※フィッシャーマンズ·ワーフやユニオンスクエアにもあり

サンフランシスコ周辺
SAN FRANCISCO
1:500,000
0 10km
5miles
周辺図 付録P.2-3
観光スポットなど
レストラン
ホテル
エンターテイメント
デパート
ナイトスポット
ショップ
スターバックス
月の谷間
The Valley of Moon
ソノマ山
Sonoma Mt.
クタチ
Cotati
ソノマ郡
SONOMA COUNTY
ソノマ P.105
Sonomna
ソノマ・トレインタウン レイルロード
Sonoma TrainTown Railroad
ブエナ・ヴィスタ
Buena Vista
バインバーグ
Vineburg
シェルヴィル
Shellville
ワイン・トレイン
WineTrain
ナパ P.105
Napa
ナパ郡
NAPA COUNTY
カリー湖
Lake Curry
ソラノ郡
SOLANO COUNTY
Travis Air Force Base
フェアフィールド
Fairfield
ロックヴィル
Rockville
Rio Vista Rd.
ナパ郡空港
Napa County Airport
コーデリア
Cordelia
Bodega Ave
ペタルマ
Petaluma
レイクヴィル
Lakeville
海軍基地
U.S.Naval Reservation
アメリカン・キャニオン
American Canyon
Harmmock Mt.
Hicks Mt.
Black Mt.
マリン郡空港
Marin County Airport
Petaluma River
シアーズ・ポイント
Sears Point
ノヴァト
Novato
Novato Blvd.
ブラック・ポイント
Black Point
ヴァレホ
Vallejo
ハーマン湖
Lake Herman
グリズリー島
Grizzly Island
スーザン湾
Suisun Bay
カーキネス・ブリッジ
Carquinez Bridge
イグナシオ
Ignacio
サン・パブロ湾
San Pablo Bay
Rodeo ロデオ
ヘラクレス
Hercules
ベニシア
Benicia
ピッツバーグ
Pittsburg
ベイ・ポイント
Bay Point
California Delta Hwy.
オレマ
Olema
ウッダクレ
Woodacre
マリンウッド
Marinwood
サザン・パシフィック鉄道
Southern Pacific
ピノーレ
Pinole
フェアファクス
Fairfax
サン・ラファエル
San Rafael
エル・ソブランテ
El Soblante
コンコード
Concord
コントラ・コスタ郡
CONTRA COSTA COUNTY
マリン郡
MARIN COUNTY
ロス
Ross
ラークスパー
Larkspur
サン・パブロ
San Pablo
リッチモンド
Richmond
サン・パブロ貯水池
San Pablo Reservoir
プレザント・ヒル
Pleasant Hill
クレイトン
Clayton
Clayton Rd.
リッチモンド・サン ラファエル・ブリッジ
コート・マデラ
Corte Madera
エル・セリート
El Cerrito
ブリオネス貯水池
Briones Reservoir
ウォルナット・クリーク
Walnut Creek
マリン・シティ
Marin City
ティブロン
Tiburon
Albany アルバニー
バークレー P.86
Berkeley
ラファイエット
Lafayette
オリンダ Orinda
マウント・ディアブロ州立公園
Mount Diablo State Park
ミュア・ウッズ
Muir Woods
エンジェル・アイランド
Angel Island
カリフォルニア大学
University of California
アラモ
Alamo
ゴールデン・ゲート国立レクリエーション地区
Golden Gate National Recreation Area
P.76・付録P.9
サウサリート
Sausalito
エメリービル駅
Emeryville Sta
ピエドモンド
Piedmond
セント・メリー大学
St.Mary's College
P.76 ゴールデン・ゲート・ブリッジ
Golden Gate Bridge
アルカトラズ島 P.77
Alcatraz Island
モラガ
Moraga
ダンビル
Danville
サンフランシスコ
San Francisco
ジャック・ロンドン スクエア駅
Jack London Sq Sta
メリット湖
Lake Merritt
メリット大学
Merritt College
サン・ラモン
San Ramon
Alameda アラメダ
オークランド P.87
Oakland
アッパー・サン・リーンドロ貯水池
Upper San Leandro Reservoir
ツインピークス
Twin Peaks
P.98-99
P.12
リングセントラル・コロシアム
RingCentral Coliseum
チャボット湖
Lake Chabott
ヨセミテ国立公園
サンフランシスコ動物園
サンフランシスコ州立大学
San Francisco State University
カストロ・ヴァレー
Castro Valley
ダブリン
Dublin
オークランド国際空港
Oakland International Airport
デーリー・シティ
Daly City
ブリスベーン
Brisbane
コルマ Colma
サンフランシスコ・ベイ
San Francisco Bay
サン・ロレンツォ
San Lorenzo
バート
BART
ヘイワード
Hayward
プレザントン
Pleasanton
サウス・サンフランシスコ
South San Francisco
ヘイワード・エグゼクティブ空港
Hayward Executive Airport
アラメダ郡
ALAMEDA COUNTY
太平洋
Pacific Ocean
パシフィカ
Pacifica
カフェX P.92
Cafe X
サンフランシスコ国際空港(SFO)
San Francisco International Airport
ユニオン・シティ
Union City
サン・ペドロ岬
Point San Pedro
ミルブレー
Millbrae
バーリンゲーム
Burlingame
サン・マテオ・ブリッジ
San Mateo Bridge
Alameda Creek
サン・マテオ
San Mateo
フォスター・シティ
Foster City
フリーモント
Fremont
モンタラ
Montara
サン・マテオ大学
College of San Mateo
ニューアーク
Newark
ハーフムーンベイ空港
Half Moon Bay Airport
ノートルダム大学
College of Notre Dame
ベルモント Belmont
エル・グラナダ
El Granada
Bayshore Fwy
カル・トレイン
Cal Train
ピラー岬
Pillar Point
P.109
ハーフムーンベイ
Half Moon Bay
ピラーシトス湖
Pilarcitos Lake
パロアルト空港
Palo Alto Airport
メンロー・パーク
Menlo Park
パロアルト
Palo Alto
NASAエイムズ リサーチ・センター
NASA Aimes Research Center
ミルピタス
Milpitas
ハーフムーンベイ州立海岸
Half Moon Bay State Beach
P.109・付録P.4 スタンフォード大学
Stanford University
グーグル本社
Google
ヤフー本社
YAHOO!
リッツ・カールトン ハーフムーンベイ
The Ritz Carlton Half Moon Bay
サンタクララ郡
SANTA CLARA COUNTY
P.106
シリコン・バレー P.109
Silicon Valley
サン・マテオ郡
SAN MATEO COUNTY
サニーベール
Sunnyvale
サンタクララ
Santa Clara
サンノゼ
San Jose
サン・グレゴリオ
San Gregorio
P.108 アップル・インフィニット・ループ
Apple Infinit Roop

サンフランシスコ・ベイ
San Francisco Bay
フィッシャーマンズ・ワーフ P.73・74
Fisherman's Wharf
ピア39
Pier 39
P.100 フィッシャーマンズ・ワーフ
P.79 ホグ・アイランド・オイスター・カンパニー
Hog Island Oyster Co.
P.79 フェリープラザ・ワイン・マーチャント
Ferry Plaza Wine Marchant
P.79 カウガール・クリマリーズ・アルチザン・チーズ
Cowgirl Creamery's Artisan Cheese
P.79 アクミブレッド
Acme Bread
P.79 ミキボイ・ランチ
MicEvoy Ranch
P.93 リキュイッティ・コンフェクション
Recchiuti Confections
フェリービルディング P.73・78
Ferry Building
P.78 フェリープラザ ファーマーズ・マーケット
Ferry Plaza Farmers Market
P.89 グリーンズ・レストラン
Greens Restaurant
国立海洋博物館
National Maritime Museum
テレグラフ・ヒル
Telegragh Hill
セーフウェイ
Safeway
マウンテン・レイク
マリーナ
Marina
チェスナッツ・ストリート
Chestnut St.
P.73 ロンバード・ストリート
Lombard Street
コイト・タワー
Coit Tower
ワシントン スクエア
Washington Square
エクスプロラトリアム
ロシアン・ヒル
Russian Hill
ノース・ビーチ
North Beach
ユニオン・ストリート
Union St.
パシフィック・ハイツ P.73
Pacific Heights
P.79 フェリービルディング・マーケットプレイス
Ferry Building Market Place
フェリープラザ
Ferry Plaza
バート Bart
オークランド
バークレー
P.73 ケーブルカー博物館
Cable Car Museum
チャイナタウン P.73
Chinatown
エンバーカデロ駅
Embarcadero Sta.
ヴィターレ P.95
Hotel Vitale
ハーバーコート P.95
Harbor Court
ノブ・ヒル
Nob Hill
グレイス大聖堂
Grace Cathedral
セールスフォース・タワー
Salesforce Tower
フォルソム駅
Folsom Sta.
P.88 ウォーターバー
Waterbar
ラファイエット・パーク
Lafayette Park
アルタ・プラザ・パーク
Alta Plaza Park
ホールフーズ・マーケット
Whole Foods Market
モンゴメリー駅
Montgomery Sta.
グレイハウンド バス・ターミナル
P.94 ヴァーティゴ サンフランシスコ
Hotel Vertigo San Francisco
P.73・80 ユニオン・スクエア
Union Square
セールスフォース・トランジット・センター
セールスフォース・パーク
フィルモア・ストリート
Fillmore St.
ユニオン・スクエアからほど近いテンダーロインは危険なエリアです。昼間でも避けるようにしましょう
バウエル駅
Powell Sta.
ソーマ
Soma
サンフランシスコ近代美術館
イエルバ・ブエナ・ガーデンズ
Yerba Buena Gardens
ブラナン駅
Brannan Sta.
トレーダージョーズ
Trader Joe's
P.101 パシフィック・ハイツ
セーフウェイ
Safeway
テンダーロイン
Tenderloin
サウス・ビーチ
South Beach
P.100 ユニオン・スクエア周辺
ターゲット
Target
ジェファーソン・スクエア
Jefferson Square
ヘイワード・プレイグラウンド
Hayward Playground
2番街/キング駅
2nd St. & King Sta.
ウエスタン・アディション
Western Addition
シティ・ホール
City Hall
シビック・センター駅
Civic Center Sta.
P.12 オラクルパーク
Oracle Park
セーフウェイ
Safeway
P.85 ヘイズ・バレー
ヘイズ・バレー P.85
Hayes Valley
アラモ・スクエア
Alamo Square
4番街/キング駅
4th St. & King Sta.
ミュニメトロN・T線
裁判所
Hall of Justice
P.90 ノーパ
Nopa
ヴァン・ネス駅
Van Ness Sta.
ズーニーカフェ P.90
Zuni Café
トレーダージョーズ
Trader Joe's
ノードストローム ラック
Nordstrom Rack
コストコ
Costco
ミッション・ベイ
Mission Bay
ブエナ・ビスタ・パーク
Buena Vista Park
造幣局
ターゲット
Target
P.101 ミッション
ベイフロント・パーク
Bay Front Park
P.101 ヘイト・アシュベリー
チャーチ駅
チェイス・センター P.13
Chase Center
セーフウェイ
Safeway
Muni Metro
コロナ・ハイツ・パーク
Corona Heights Park
16番街/ミッション駅
16th St. & Mission Sta.
ジャクソン・プレイグラウンド
Jackson Playground
ミュニメトロT線
カストロ駅
Castro
P.84 ミッション
Mission
タルティーン・マニュファクトリー
Tartine Manufactory
ドッグパッチ
Dogpatch
カストロ
Castro
ポトレロ・ヒル
Potrero Hill
ツインピークス・トンネル
Twin Peaks Tunnel
22番街駅
22nd St. Sta.
ポトレロ・ヒル・プレイグラウンド
サンフランシスコ総合病院
ピッチーノ P.89
Piccino
カル・トレイン
Cal train
ツインピークス
Twin Peaks
24番街/ミッション駅
24th St. & Mission Sta.
プレシタ・アイズ・ミューラル・アーツ・センター
Precita Eyes Mural Arts Center
ポトレロ
Potrero
ロルフ・プレイグラウンド

ベストガイド BEST GUIDE

San Francisco サンフランシスコ

サンフランシスコMAP

ユニオン・スクエア周辺

UNION SQUARE

1:8,000

0 — 200m

1/10miles

周辺図 P.98

ノブ・ヒル Nob Hill

チャイナタウン Chinatown P.73

P.73 グレイス大聖堂 Grace Cathedral

ハンティントン・パーク

パシフィック・ユニオン・クラブ Pacific Union Club

フェアモント・サンフランシスコ The Fairmont San Francisco

オールド・セイント メアリーズ大聖堂

ウェルズ・ファーゴ歴史博物館 Wells Fargo History Museum

ウェルズ・ファーゴ銀行

ブルーボトルコーヒー

ル メリディアン サンフランシスコ Le Meridien San Francisco

エンバーカンデロ・センター

日本国総領事館

P.92 アマゾンGo Amazon Go

ペルバッコ Perbacco

ケーブルカー カリフォルニア線 California Line

ハンティントン The Huntington Hotel

インターコンチネンタル マーク・ホプキンス Mark Hopkins Inter-Continental

スタンフォード・コート Stanford Court

リッツ・カールトン サンフランシスコ The Ritz-Carlton, San Francisco

バンク・オブ・アメリカ Bank of America

ロウズ・リージェンシー サンフランシスコ Loews Regency San Francisco

P.94 エグゼクティブ ホテル ヴィンテージ コート・サンフランシスコ Executive Hotel Vintage Court San Francisco

グラント・プラザ Grant Plaza

ドラゴン・ゲート Dragon's Gate

カフェ・ティラミス

ミュニメトロ F線は、他の6つのルートと異なり地上を走行。停留所は100～200mおきに多数ある。

P.90 サンズ&ドウターズ Sons & Daughters

オーチャード・ガーデン P.95 Orchard Garden Hotel

ブルーボトルコーヒー

P.95 プティト・オーベルジュ Petite Auberge

グラント Grant Hotel

ケーブルカー パウエル/メイソン線&パウエル/ハイド線

Hotel Triton トライトン

ホテル・デ・アーツ Hotel Des Arts

ターゲット Target

バンク・オブ・ザ・ウエスト Bank of the West

ミュニメトロ F(地上) J・K・L・M・N・T(地下)

P.95 ホワイト・スワン・イン White Swan Inn

P.95 エンブレム・サンフランシスコ Hotel Emblem San Francisco

マリオット・ユニオン・スクエア Marriott Union Square

グランド・ハイアット Grand Hyatt

ブルーボトルコーヒー

ギャラリー・パーク Galleria Park

バナナ・リパブリック

ル・コロニアル Le Colonial

JWマリオットホテル サンフランシスコ JW Marriott Hotel SanFrancisco

フィッツジェラルド

ファラロン Farallon

サックス・フィフス・アベニュー P.80

アップル ユニオン スクエア P.80

コーチ

ノース フェイス

クロッカー・ギャラリア Crocker Galleria

モンゴメリ駅 Montgomery Sta.

ヤン・シン

P.69 セールスフォース・タワー Salesforce Tower

ウノ・ドス・タコス Uno Dos Tacos

マクドナルド

エイビス Avis

ドナテロ

ウェスティン・セントフランシス The Westin St. Francis

サングラス・ハット

グッチ

ディオール

カルティエ

P.73・80 ユニオン・スクエア Union Square

シャネル

エルメス

ブルガリ

バーバリー

バンク・オブ・アメリカ Bank of America

ソルト・ハウス Salt House

アダージョ Hotel Adagio

ウォールグリーン Walgreen

ヴィクトリアズ・シークレット

セールスフォース・パーク

P.15・69・81 セールスフォース トランジット・センター

ザ・マーカー The Marker

クリフト Clift Hotel

ハンドラリー ユニオンスクエア Handlery Union Square

ルイ・ヴィトン

ニーマン・マーカス P.80 Neiman Marcus

パレス The Palace Hotel

モナドノック・ビル Manadonock Bldg

ロイズ Roy's

スペロ Hotel Spero

ヴィラ・フローレンス Villa Florence

P.80 メイシーズ Macy's

メイシーズ

ミュニメトロ

バート Bart

ソーマ Soma

ニッコー・サンフランシスコ Hotel Nikko San Francisco

H&M

フォーシーズンズホテル サンフランシスコ Four Seasons Hotel San Francisco

パーク・セントラル Park Central Hotel San Francisco

ナパ・バレー・ワイナリー エクスチェンジ P.81 Napa Valley Winery Exchange

ヒルトン・サンフランシスコ ユニオン・スクエア P.94 Hilton San Francisco Union Square

ユニクロ

ユニオン スクエア

アルマーニ エクスチェンジ

P.81 ジューイッシュ現代博物館 Contemporary Jewish Museum

セント・レジス ホテル・サンフランシスコ St. Regis Hotel San Francisco

ボデッカー・パーク Boeddeker Park

パーク55 Parc 55

パウエル駅 Powell Sta.

ゼロス Hotel Zelos

マリオット マーキース Marriott Marquis

Saint Patrick's Church

P.81 サンフランシスコ近代美術館(SFMOMA) San Francisco Museum of Modern Art

ホテル・ビジョー

ケーブルカー発着所 (パウエル・ターンテーブル)

コンテナ・ストア The Container Store

Gap

イエルバ・ブエナ 芸術センター(YBCA)

XYZ

P.95 W サンフランシスコ W San Francisco

コートヤード・バイ・マリオット Courtyard by Marriott San Francisco Downtown

P.96 サンフランシスコ・ビジター・インフォメーション・センター SF Visitor Center Information Center

マーケット・ストリート P.72 Market Street

P.81 ウェストフィールド サンフランシスコセンター Westfield San Francisco Centre

ターゲット Target

イエルバ・ブエナ ガーデンズ P.81 Yerba Buena Gardens

クラウン・ポイント プレス・ギャラリー Crown Point Press Gallery

ノードストローム P.80 Nordstrom

ブルーミング・デールズ P.80 Bloomingdale's

メトレオン Metreon

モスコーン・センター Moscone Center

P.69・92 クリエイター Creator

カントン・レストラン Canton Restaurant

ゼッタ Hotel Zetta

ブルーボトルコーヒー P.92 Blue Bottle Coffee

オールド・ミント博物館 Old Mint Building Museum

クレメンティーナ・タワーズ Clementina Towers

チルドレンズ・クリエイティビティ・ミュージアム Children's Creativity Museum

サンフランシスコ・クロニクル San Francisco Chronicle

Pleasant St. / Jones St. / Taylor St. / Mason St. / Powell St. / Joice St. / Commercial St. / Sacramento St. / Halleck St. / California St. / Battery St. / Front St. / Pine St. / Bush St. / Montgomery St. / Sansome St. / Sutter St. / Market St. / Stevenson St. / 1st St. / Grant Ave. / Post St. / Maiden Lane / Kearny St. / Jessie St. / Minna St. / Geary St. / Stockton St. / New Montgomery St. / Mission St. / Natoma St. / O'Farrell St. / Annie St. / Howard St. / 2nd St. / Tehama St. / Ellis St. / 3rd St. / Clementina St. / Eddy St. / Yerba Buena Ln. / 4th St. / 5th St. / Hawthorne St. / Folsom St.

E F G H 2 3 4 5

ヘイト・アシュベリー
HAIGHT ASHBURY
1:10,000
0
200m
1/10miles
周辺図 P.98
Oak St.
Stanyan St.
Shrader St.
Cole St.
Clayton St.
Ashbury St.
Masonic Ave.
Central Ave.
Page St.
Haight St.
Waller St.
Beulah St.
Belvedere St.
Delmer St.
Buena Vista Ave.
Baker St.
ヘイト・アシュベリー P.85
Haight Ashbury
ホール・フーズ・マーケット
スパロウ・バー&キッチン
Sparrow Bar & Kitchen
スタッフ
Stuf
ヘイト・ストリート・マーケット
Haight Street Market
ヘイト・ストリート
Haight Street
ヘルド・オーヴァー
Held Over
アミーバ ミュージック
Amoeba Music
アレンビック
The Alembic
ディケーズ・オブ・ファッション
Decades of Fashion
P.85
ポーク・ストア カフェ
Pork Store Cafe
コーヒー・トゥ・ザ・ピープル
Coffee to the People
セントラル・ハイ・マーケット
Central Haight Market
ゴールデン・ゲート・パーク
Golden Gate Park
ブエナ・ビスタ・パーク
Buena Vista Park

フィッシャーマンズ ワーフ
FISHERMAN'S WHARF
1:10,000
0
200m
1/10miles
周辺図 P.98
フェスティバル・パビリオン
Festival Pavilion
ピア2 ハーブスト・パビリオン
Pier2 Herbst Pavilion
フォート・メイソン
Fort Mason
イタリアン・アメリカン博物館
Museo Italo Americano

パシフィック・ハイツ
PACIFIC HEIGHTS
1:13,000
0
200m
1/10miles
周辺図 P.98
Capra Way
Bay St.
Scott St.
Alhambra St.
Toledo Way
Marina Junior High School
モスコーン・レクリエーション・センター
Moscone Recreation Center
Francisco St.
ルカ・デリカテッセン
Lucca Delicattessen
アモーレ・ベート P.83
Amour Vert
ウイリアムズ・ソノマ
チェスナッツ・ストリート P.83
Chestnut Street
P.83
ベネフィット
Benefit
パシフィック・キャッチ
アップルストア
Magnolia St.
マリーナ・イン
Marina Inn
Lombard St.
チェルシー・イン
Chelsea Inn
Moulton St.
Laguna St.
Octavia St.
Greenwich St.
バルボア・カフェ
Balboa Cafe
Pixley St.
P.93 ジオ・ジェラーティ
Gio Gelati
Filbert St.
P.91 ワイルドシード
Wildseed
パピルス
Papyrus
アンビアンス
Ambiance
Terzo テルツォ
ユニオン・ストリート P.83
Union St.
ローズィズカフェ
ガミーヌ
Gamine
ラ・ブーランジェリー
La Boulangerie
カパンニーナ
Capannina
Green St.
P.83 アノミー
ANoMie
P.83 モーニング・ラベンダー
Morning Lavender
Vallejo St.
パシフィック・ハイツ P.73
Pacific Heights
Broadway
Steiner St.
Fillmore St.
Webster St.
Buchanan St.
Pierce St.
Pacific Ave.
ホイッティアー・マンション
Whittier Mansion
Jackson St.
ブルーボトル・コーヒー
メイフラワー・マーケット
ローシーズ Rothy's
マーガレット・オレー
Washington St.
アルタ・プラザ・パーク
Alta Plaza Park
スプレックルズ・マンション
Spreckels Mansion
ネスト Nest
Clay St.
ラファイエット・パーク
Lafayette Park
アリス&オリビア
パーマーズ
Palmers
ロクシタン
パシフィック医療センター
Pacific Medical Center
ジェーン・フィルモア
JANE Fillmore
ピーツ・コーヒー
Peet's Coffee
Sacramento St.
P.82 ジョナサン・アドラー
Jonathan Adler
クレード Credo Beauty
タコ・バー
California St.
ラルフローレン
グローブ
P.82 バン・ミー
Bun Mee
スペースNK
Pine St.
コテラック Cotelac
Austin St.
P.82
クロスローズ・トレーディング
Crossroads Trading
フィルモア・ストリート P.82
Filmore Street
Bush St.
フィルモア・ベイク・ショップ
Fillmore Bake Shop
P.95 クィーン・アン
Queen Anne
ウォルグリーン
Wolgreen
Sutter St.
紀伊國屋書店
ドーサ
Dosa
しゃぶせん
Shabu-Sen
ジャパン・タウン
Japan Town
ニジヤ・マーケット
Post St.
ジャパン・センター
Japan Center
五重の塔
Peace Pagoda
カブキ
Hotel Kabuki
Geary Blvd.
フィルモア
Fillmore

ミッション
MISSION
1:12,000
0
200m
1/10miles
周辺図 P.98
Duboce Av.
434B
セーフウェイ
Safeway
Market St.
ミュニ・メトロ
MUNI Metro
Clinton Pk.
Brosnan St.
Erie St.
ホールフーズ マーケット
Whole Foods Market
ミッション・ビーチ・カフェ
Mission beach Cafe
ボックス・ドッグ・バイクス
Box Dog Bikes
14th St.
フィグ・アンド・ディスティル P.91
Fig & Thistle
チャーチ駅
Church
Hidalgo Ter.
P.84 ヴォイジャー・ショップ
The Voyager Shop
P.92 フォーバレル・コーヒー
Four Barrel Coffee
15th St.
16番街/ミッション駅
16th St. & Mission Sta.
Church St.
Landers St.
Dolores St.
Guerrero St.
Albion St.
Valencia St.
Caledonia St.
Julian Ave.
Mission St.
Minna St.
Natoma St.
Capp St.
Woodward St.
ポーク・ストア・カフェ
Pork Store Cafe
16th St.
パンチョ・ビラ タケリア
PanchoVilla Taqueria
ビクトリア シアター
Victoria Theatre
ミュニ・メトロJ線
MUNI Metro J Line
ミッション ドロレス教会
Mission Dolores Church
クリエイティビティ エクスプロード
Creativity Explored
P.84 セラピー ストアーズ
Therapy Stores
Camp St.
ロカンダ
Locanda
バート
Bart
17th St.
ミッション P.84
Mission
Clarion Al.
Dolores Ter.
P.93
バイライト・クリマリー
Bi-Rite Creamery
Dorland St.
バイライト マーケット
Bi Rite Market
Bird St.
Sycamore St.
バレンシア・ルーム
The Valencia Room
ヤモ
Yamo
ナム・ストーンポット
Namu Stonepot
18th St.
ミッション・チーズ
Mission Cheese
ミッション チャイニーズ
タルティーヌ ベーカリー
Tartine Bakery
クラフトマン アンド・ウルブズ
Craftsman and Wolves
グラシアス マドレ
Gracias Madre
デルフィーナ
Delfina
タケリア・カンクン
Taqueria Cancun
Dearborn St.
Oakwood St.
Lapidge St.
Hoff St.
19th St.
ドロレス・パーク
Dolores Park
P.84 セレンディピティ
Serendipity
バーガー ジョイント
Burger Joint
チャチャチャ
Chachacha
Linda St.
Cumberland St.
20th St.
ドッグ・イアード・ブックス
Dog Eared Books
Lexington St.
Liberty St.
ロロ
Loló
バレンシア・ホール・フーズ
Valencia Whole Foods
21st St.
リチュアル・コーヒー
Ritual Coffee
P.89 フォーリン・シネマ
Foreign Cinema
22nd St.
Quane St.
Bartlett St.
エル・バレンシアノ
El Valenciano
P.84
ニードルス&ペンズ
Needles & Pens
Elizabeth St.
Ames St.
Oaks St.
23rd St.
Jose Ave.
ベレッタ
Beretta
24番街/ミッション駅
24th St. & Mission Sta.
24th St.

サンフランシスコを拠点に周辺のスポットへ足をのばしてみよう。おすすめは、大自然が堪能できるヨセミテ国立公園とワインの里、ナパとソノマだ。

圧巻の絶景に遊ぶ

イエローストーン、グランド・キャニオンと並び、アメリカの三大国立公園に数えられるヨセミテ。ここは、大地のエネルギーと生命力を、体いっぱいに受け止められる国立公園だ。

サンフランシスコから車で4時間半

世界遺産

TOPICS
落差739mで世界第8位の
ヨセミテ滝

落差の大きい滝ベスト10で、堂々8位のヨセミテ滝。垂直に落下する直瀑ではリボン滝が4位、ヨセミテ滝のアッパー滝が18位など、ヨセミテ国立公園にはダイナミックな滝が多い。とくに雪解け水で水量が増える5、6月は、迫力満点の滝がいくつも見られる。

園内の交通
中心のヨセミテ・バレー内は無料のシャトルが走っていて、ホテルや観光案内所など主要な施設を結んでいる。もちろん車での移動も可能。駐車場も整備されているので便利。園内は一方通行が多く、給油所も限られているので注意しよう。ビジター・センターで手に入る「Yosemite Guide」にはマップやシャトル、アクティビティ情報も載っている。ヨセミテ・バレー・ロッジにはレンタサイクルもあるので（冬を除く）利用したい。

写真提供：カリフォルニア観光局 Mering

ヨセミテのキホン

アクセス
ヨセミテへは、サンフランシスコからレンタカーかツアーで行くのが一般的。サンフランシスコからのツアーは、グレイライン・ツアーやH.I.S.などが、日帰りから泊まりがけまでさまざまなものを用意している。レンタカーの場合は、サンフランシスコから80号に乗ってベイブリッジをわたり、580号～205号～120号を経由して行けば、公園西口のビッグ・オーク・フラット・エントランスに到着する。所要時間は約4時間半。11～4月は閉鎖される道路もあるので、注意したい。冬季はチェーンが必要なので忘れずに。

入園料
車1台$35。バイクは1台$30。徒歩、自転車は1人$20（15歳以下は無料）。いずれも7日間有効。

気候と服装
雪が解けた5～10月がシーズン。夏場でも朝晩の気温の変化は激しいので、防寒対策を忘れずに。11～4月には降雪のため封鎖される道もあるが、ヨセミテ・バレーは1年中開いている。また、この時期は雨期も重なるため、厚手のジャケットに雨具が必携。

ヨセミテ・バレー・ビジター・センター
Yosemite Valley Visitor Center

地図や各種アクティビティの情報を入手できる。

MAP P.103
☎209-372-0200　営9:00～17:00（夏季～19:00）
休無休　URL www.nps.gov/yose

深い渓谷とそそり立つ山脈のコントラストが美しい

カリフォルニア州の東の端に位置するヨセミテ国立公園は、海の底が隆起してできた標高3000mを超える険しい岩山と、深い森に抱かれた渓谷が作り出す荘厳な風景が魅力の国立公園だ。100万年前に氷河がすべり落ちてできたU字型の深い渓谷と、そそり立つ山脈のコントラストは、変化に富む美しさをもち、写真家のアンセル・アダムスが愛したことでも広く知られている。

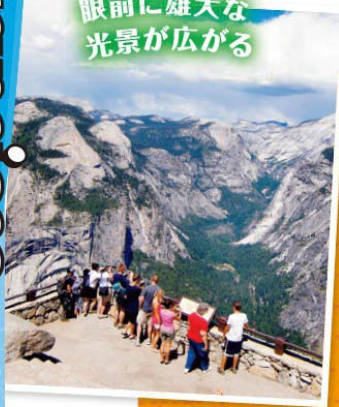
東京都の1.4倍という広大な敷地に広がるヨセミテには、さまざまな景勝地が点在している。縦横無尽に走る100以上ものトレイルもある。まずは行きたいところ、体験したいアクティビティをチェック。効率よく、〝大自然が生み出した美〟を楽しもう。

絶対ハズせない!
VIEW POINT BEST 5

ヨセミテ国立公園の見どころのなかでも、絶対にはずせない場所は次の5つ。どれも、大自然の迫力と美しさを実感できるはずだ。

BEST 1 ヨセミテ滝
Yosemite Falls MAP P.103

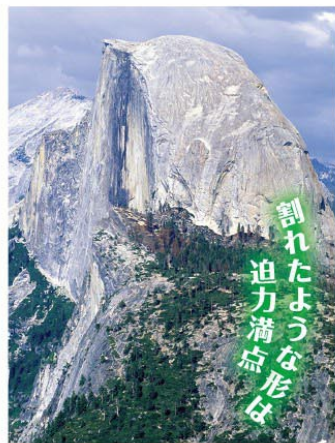
3段に分かれた落差739mの滝。ヨセミテビレッジから歩いてロウアー・ヨセミテ滝の滝壺まで行ける。雪解けの5〜6月は水量が多いが、8月には枯れることも。西側に滝の上まで行けるトレイルがあるが中級者以上向きだ。

眼前に雄大な光景が広がる

BEST 2 グレイシャー・ポイント
Glacier Point MAP P.103

ヨセミテ・バレーから車で約1時間のところにあるポイントで夏なら絶対にはずせないスポット。絶壁上の展望台からは、正面にハーフ・ドームが迫り、ヨセミテの全容が見渡せる。降雪時（通常は11月〜初夏)は閉鎖される。

割れたような形は迫力満点

BEST 3 ハーフ・ドーム
Half Dome MAP P.103

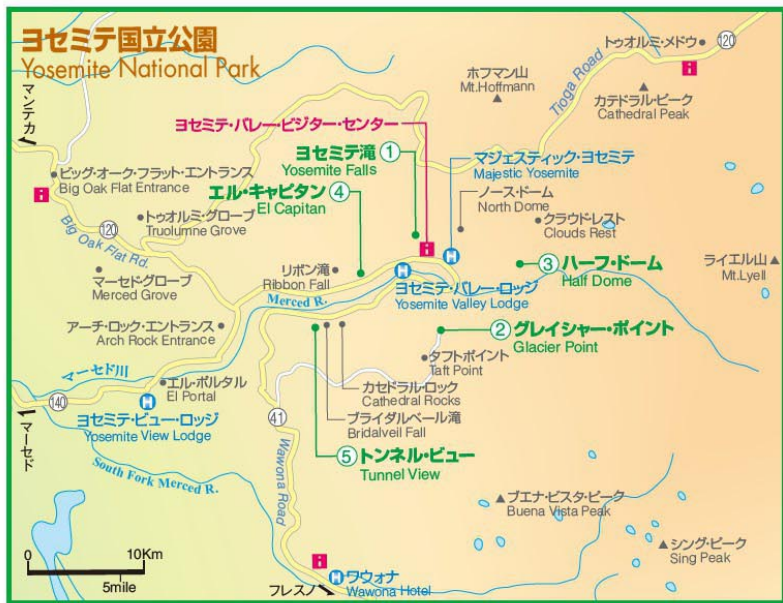
ヨセミテ・バレーの東端に立つ、標高2693mのヨセミテを象徴する岩山。円頂形のドームが氷河によって半分削り取られ、今の形に。グレーシャー・ポイントからはその形がよく分かり、ハーフ・ドームと呼ばれる。登山は上級者向き。

近くで見ると巨大さに圧倒される

BEST 4 エル・キャピタン
El Capitan MAP P.103

天にそそり立つ花崗岩の一枚岩。高さは約1kmにも及び、一枚岩としては世界最大だ。ロック・クライマーの聖地として、世界中の愛好家から「エル・キャップ」と呼ばれている。肉眼でも、下からクライマーが登る姿を見ることができる。

周辺の見どころが見渡せるポイント

BEST 5 トンネル・ビュー
Tunnel View MAP P.103

アンセル・アダムスが愛したことでも有名な、ヨセミテを代表するポイント。ハーフ・ドーム、エル・キャピタン、クラウド・レスト、カセドラル・ロック、ブライダルベール滝など、周辺の見どころがほとんど見渡せる。

全長20kmのサイクリング・ロードが整備されているので、自由気ままにサイクリングを楽しむのもおすすめ

San Franciscoeから
足をのばして

カリフォルニアワイナリーめぐり

California Winery

1 たわわに実ったブドウは、ていねいに摘み取られておいしいワインになる　2 緑におおわれたヴィ・サットゥイの庭
3 どこまでも広がるブドウ畑は、ワインカントリーらしい光景　4 ヴィ・サットゥイの庭で、ワインを楽しみながらピクニック
5 ソノマのシミは150年近い歴史をもつ老舗のワイナリー
6 ヴィ・サットゥイのテイスティングルームで出会った親子。家族でワイナリーめぐりをしているという

カリフォルニアはワイン造りに最適

気候に恵まれたカリフォルニアでは、ブドウの収穫時期に雨がほとんど降らないため、完熟するのを待って収穫することができる。このため、カリフォルニアワインは果実味にあふれた味わいになるといわれている。また、歴史や伝統にしばられず、新しい試みに挑戦できる点も特徴で、これが価格の安定にもつながっているという。

カリフォルニアワインの本当の魅力を知るために、まずはワイナリーに足を運んでみよう。

スタッフはワインのプロ。分からないことは聞いてみよう

テイスティングに挑戦してみよう

まずは、カウンターにいるスタッフに、テイスティングしたい旨を伝える。ワインを注いでもらうときは、グラスはテーブルに置いたまま。飲むときは、グラスのステム（足）を持つ。グラスを手のひらで包むように持つのはNG。適温で注がれた白ワインは温度が上がってしまい、本来の味わいを損なうことにもなりかねない。ワインを味わったあとは、片言でも「グッド」「デリシャス」など感想を述べよう。有料試飲の場合、グラスをおみやげにしてくれるところも。

ラベルを見れば、おおよそのことが分かる

Label ラベルの見方を覚えよう！

収穫年　この年に収穫したブドウを95%以上使用しているということ

ブランド名　小さなワイナリーの場合、ブランド名とワイナリー名が同じ場合もある

原産地名　原産地の呼称の場合は85%以上が、畑の名前が記されている場合は95%以上が、そこで獲れたブドウを使っているということ

ブドウの品種　表示された品種を95%以上使用しているということ

サンタバーバラのサンストーン・ヴィンヤーズ・ワイナリー

ナパのロバート・モンダヴィは超有名

カリフォルニアワインの主な産地

カリフォルニアにはブドウ栽培に適した土地が多いが、代表的な産地は、メンドシーノ、ソノマ、ナパ、ベイエリア、モントレー、サンタバーバラ、セントラル・バレーなど。なかでも上質のワインの大半は、太平洋から冷涼な空気が流れ込む海岸沿いの谷と盆地で育まれている。

カリフォルニアの主な品種

最近は、イタリアやフランスのブドウの品種も栽培されるようになったが、ここでは土着を含む、もっともポピュラーな品種を紹介しよう。

赤ワイン

カベルネ・ソーヴィニヨン
Cabernet Sauvignon
高級赤ワインのキングともいわれる。温暖な気候を好み、芳醇でタンニンのしっかりしたワインになる。

メルロー
Merlot
カベルネより渋みが控え目で甘みのあるワイン。カリフォルニアで人気が急上昇し、作付面積も増加。

ピノ・ノワール
Pinot Noir
イチゴやスミレといった香りで表現される、軽やかでエレガントなワイン。冷涼な気候を好む。

ジンファンデル
Zinfandel
カリフォルニア特有の品種。濃い色調で渋みが少なく、値段も手ごろ。ロゼワインにも使われる。

白ワイン

シャルドネ
Chardonnay
高級白ワインのクイーンと呼ばれる。栽培地域や醸造方法で多岐にわたるスタイルが楽しめる。

ソーヴィニヨン・ブラン
Sauvignon Blanc
フレッシュでフルーティな味と香りが特徴。価格も手ごろなものが多く、初心者でも気軽に楽しめる。

広い芝生の庭でピクニック

1 ヴィ・サットゥイの敷地には趣のある建物が多く、散策するのも楽しい　2 値ごろ感のあるワインが多いのも嬉しい　3 緑あふれる庭でワインを飲みながらランチ

サンフランシスコから1時間30分

著名なワイナリーが多い

ナパ Napa

アメリカが世界に誇るワインの里

ベイエリア屈指の観光地であるナパは、細長い盆地。正式にはナパ・バレーと呼ばれ、ナパ、ヨウントビル、ラザフォード、オークビル、カリストガ、セントヘレナの6つの街で構成されている。

メインストリートの29号沿いには、大小のワイナリーが個性を競っている。フランスのシャトーを思わせるワイナリーで優雅な気分に浸ったり、小さなワイナリーで造り手の思いを直に感じたり……。ゆっくりじっくり、カリフォルニアワインを楽しもう。

↑なだらかな丘陵地にブドウ畑が広がる

↑スタッフの説明を聞きながらテイスティング

St. Helena
セントヘレナ・ワイン・センター St. Helena Wine Center
メリーヴェイル Merryvale
ヴィ・サットゥイ 付録P.7 V Sattui
オーベルジュ・ドゥ・ソレイユ Auberge du Soleil
ルビコン・エステート Rubicon Estate
ロバート・モンダヴィ Robert Mondavi Winery
Rutherford
オーパス・ワン Opus One
Oakville
ナパバレー・ワイントレイン Napa Valley Wine Train P.104
Yountville
シルバラード・リゾート Silverado Resort
ドメイン・カーネロス Domain Carneros 付録P.7
ナパ・プレミアム・アウトレット
Napa Valley Conference Visitors Bureau
Napa
ワイン・トレイン駅
カーネロス・イン The Carneros Inn
Vallejo

おみやげやデリも充実

ヴィ・サットゥイ V Sattui

1882年にイタリアからサンフランシスコに来たワイン作り名人、ヴィットリオ・サットゥイの名を冠したワイナリー。テイスティングできるほか、おみやげやデリも充実。

MAP P.105　セントヘレナ

所 1111 White Ln, St. Helena　☎707-963-7774
L 9:00～18:00　休 無休　カード V、M、A
URL www.vsattui.com

ナパのワインの特徴

内陸性の暑い気候とサンフランシスコ湾からの冷たい海風が寒暖の差を生むことから、カベルネ・ソーヴィニヨンやメルローを主体とした上質のワインを作るワイナリーが多い。

ナパへのAccess

サンフランシスコからナパへは、車で1時間30分ほど。ゴールデン・ゲート・ブリッジをわたって101号線を北上。37号、121号から29号へ進んでいけばナパに到着。

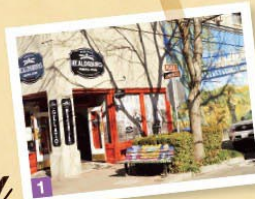
ソノマのワインの特徴

霧が立ち上る海側と寒暖差のある内陸。それぞれの気候の影響のもと多彩なブドウが栽培されワインも多様。ピノ・ノワールやカベルネ・ソーヴィニヨン、シャルドネが主な品種。

老舗ワイナリーでお気に入りを

サンフランシスコから1時間

落ち着いた雰囲気が魅力

ソノマ Sonoma

小さくて個性的なワイナリーが集中

ナパ・バレーに隣接するソノマ・バレーと、北部のヒルズバーグを中心としたエリアが、"ソノマワイン"の中心地。そこに400軒以上のワイナリーが点在する。高品質なブドウを栽培し、少量を少しずつ丁寧に作る生産者が多く、それらを訪ね、お気に入りを見つけ出すのがソノマの楽しみだ。

拠点はヒルズバーグがおすすめ。ソノマ郡のほぼ中央にあり、街の中心の小さな公園の周囲に、品のいいカフェやレストラン、かわいいショップが並び、街歩きも楽しい。

Geyserville
デ・ロリミエール De Lorimier
タルティ Talty
シャトー・ダイアナ Chateau Diana
トライワン Trione
サウサル Sausal
マンセル Munselll
マルトラーナ Martorana
トレンタドゥーエ
ストライカー Stryker
スターライト Starlight
ルード Rued
ホワイトオーク
ドライ・クリーク Dry Creek
Lytton
ジョーダン
アミスタ Amista
シミ Simi
デュシャン・エステート Duchamp Estate
Healdsburg
ミル・クリーク Mill Creek
アルミーダ Armida
エイコーン Acorn
マトリックス Matrix
VML
ジェイ・ヴィンヤーズ&ワイナリー J Vineyards & Winery
Windsor
Santa Rosa

品質&コスパ◎で日本でも人気

シミ Simi

「価値あるワイン トップ100」に選ばれた実績のあるワイナリー。1876年創設の老舗で、レッドウッドの森にあるレンガ造りの醸造所や石積みのビジターセンターも雰囲気満点。

MAP P.105　ヒルズバーグ

所 16275 Healdsburg Ave, Healdsburg　FREE 1-800-746-4880
L 10:00～17:00
休 無休　カード V、M
URL www.simiwinery.com

1 2 穏やかなたたずまいのヒルズバーグの街　3 一軒家の趣をたたえたシミ　4 ここでしか出会えない希少なワインも用意　5 ビジターセンターでテイスティング　6 オリジナルのロゴ入りグッズも各種販売。こちらはワインバッグ

ソノマへのAccess

車で行くのが一般的。ソノマ・バレーへは、サンフランシスコからゴールデン・ゲート・ブリッジをわたり、101号を北上したら、37号、121号を経由して12号を左折。ヒルズバーグなど北部エリアへは、101号を北上する。

多くの世界的IT企業が本社を置く

サンノゼ

San Jose

シリコン・バレーの中心都市サンノゼ。博物館でハイテク技術を体験したり、IT企業のレア・アイテムをゲットするのもこの町の楽しみ。ITセレブが通うグルメな店も集中！

1 セントジョセフ・バシリカ大聖堂が立つサンノゼの中心部　2 ウィンチェスター・ミステリー・ハウスもサンノゼに　3 名門スタンフォード大学のメモリアルチャーチ　4 著名人の写真がギャラリーのように並ぶカフェ・フラスカティ　5 アップルの本社はファン垂涎の“聖地”　6 サンノゼ美術館　7 アートギャラリーも人気

サンノゼ
SAN JOSE
1:140,000
周辺図 P.97

オークランド
サウサリート Sausalito
バークレー Berkeley
オークランド Oakland
サンフランシスコ San Francisco
シリコンバレー Silicon Valley
サンノゼ San Jose

インテル・ミュージアム Intel Museum P.108・付録P.4
サンノゼ国際空港(SJC) San Jose International Airport
カルトレイン Caltrain
サンタクララ Santa Clara
Santa Clara Univ.
サンノゼ San Jose
サン・ペドロ・スクエア・マーケット San Pedro Square Market P.108
P.107 サン・ペドロ・スクエア San Pedro Square
セント・ジョセフ バシリカ大聖堂
サンノゼ美術館 P.107 San Jose Museum of Art
San Jose State Univ.
SP2 コミュナルバー＋レストラン P.108
P.107 テック・インターラクティブ博物館
フォーポイント・バイ・シェラトン・サンノゼ・ダウンタウン P.109 Four Points by Sheraton San Jose Downtown
P.109 ヒルトン・サンノゼ Hilton San Jose
サンノゼ観光局
P.107 ウィンチェスター・ミステリー・ハウス
カフェ・フラスカティ P.108・付録P.4
P.109 サンノゼ・マリオット San Jose Marriott

サンノゼへのACCESS

車でサンフランシスコから

101号～87号を南下。所要時間は約1時間

カルトレインでサンフランシスコから

カルトレインが1時間に2～3本（週末は1本）運行。所要時間は1時間30分～2時間

飛行機で

羽田からANA直行便が毎日1便運航。所要約9時間25分

サンノゼの市内交通

市内にはダウンタウンを中心にVTA（Valley Transportation Authority）が運営するライトレールとバスが運行している。
URL www.vta.org

サンノゼ情報はここで

サンノゼ観光局
Team San Jose

所 408 Almaden Blvd
☎ 408-792-4511
FREE 800-SAN-JOSE
L 8:00～17:00
休 土・日曜
URL www.sanjose.org

サンノゼってこんな街

カリフォルニア第3の都市で、シリコン・バレーの中心地。IT関連の企業が集中し、大きなコンベンション・センターがあるため、レストランやショッピングスポット、高級ホテルが充実している。

ダウンタウンは徒歩で充分回れる大きさで、整然として歩きやすい。観光は美術館や、シリコン・バレーならではのハイテク系博物館がオススメ。アップルやインテルの本社＆ショップは郊外にある。

サンノゼ国際空港が便利！

サンノゼのダウンタウンへは

サンノゼ国際空港へは、羽田からANAが直行便を運航。ターミナル向かいのGround Transportation CenterからVTAバスの10番（無料）で、Metro/Airport駅へ。ライトレールのWinchester行きやSanta Teresa行きに乗れば、ダウンタウンのConvention Center駅まで約20分。タクシーなら10～20分。料金は$15～20。

サンフランシスコへは

ダウンタウン同様に、VTAバスの10番（無料）でSanta Clara駅まで行き、カルトレインに乗り換えて約2時間で到着。料金は$10.5。空港シャトルなら市内まで1時間30分ほど。料金は行き先によって異なる。

San Jose マストスポット Best 4

ダウンタウンのランドマークである美術館や有名ミステリースポットなど、サンノゼで見逃せない、マスト・ゴーなスポットをご紹介！

1 火～土曜13：00と14：30にボランティアによるガイド・ツアーが行われている。当日参加OK 2 小さな美術館だが内容は充実 3 時計塔のあるレンガの建物がサンノゼ美術館。街のランドマーク 4 ゆったりと美術鑑賞ができる 5 展示方法にも工夫がされていて面白い

新進の現代アート作品を紹介

サンノゼ美術館
San Jose Museum of Art

西海岸で活動する現代アーティストを中心にユニークな作品を発掘、紹介している美術館。常設展と、約4カ月おきにテーマを変えた企画展があり、絵画、オブジェ、インスタレーションなど幅広い作品を展示している。

MAP P.106

所110 S. Market St 交カルトレイン San Jose Diridon駅から徒歩15分 ☎408-271-6840 営11:00～17:00（第3木曜～20:00） 休月曜 料$10 カードV、M、A URL www.sjmusart.org

ハイテク技術を楽しく体験

テック・インタラクティブ博物館
The Tech Museum of Interactive

さまざまな発明と技術を紹介する、大人も楽しめる博物館。ロボットのコーナーや工作ができるスタジオなどアトラクション感覚で遊びながら技術に触れることができる。迫力のIMAXシアターもある。

MAP P.106

↑宇宙遊泳の疑似体験ができるコーナーは大人気 ←ロボットは子どもたちに人気

→自分で操作しながら技術を体験できるため言葉がわからなくても楽しい

所201 S. Market St 交サンノゼ美術館からすぐ ☎408-294-8324 営10:00～17:00 休無休 料$25（IMAXシアター鑑賞含む） カードV、M、A URL www.thetech.org

サンノゼーのグルメスポット

サン・ペドロ・スクエア
San Pedro Square

マーケットSt周辺にカフェやパブ、レストランが集まるグルメエリア。ライブパフォーマンスやイベントが行われることもあり、特に夜は賑やか。大きなフードコートにおいしい店が集結したサン・ペドロ・スクエア・マーケットもある。

MAP P.106

交サンノゼ美術館から徒歩7分 URL www.sanpedrosquare.com

↑このゲートがサン・ペドロ・スクエアの目印 →サン・ペドロ・スクエア・マーケットは手ごろでおいしい店が集結

→広大な敷地に160もの部屋をもつ。屋敷内は撮影禁止なので気をつけて

ウィンチェスター家って？
銃の製造で成功を収めた一族。2代目夫人のサラは娘と夫を立て続けに亡くし、霊媒師に「銃で殺された人のために家を建て、建設は決して止めるな」と告げられ、以降38年間毎日増築工事が行われた。費用は550万ドルにものぼる。

不思議がいっぱいの呪い？の屋敷

ウィンチェスター・ミステリー・ハウス
Winchester Mystery House

ウィンチェスター銃で有名な社長夫人サラが過ごしたビクトリアン様式の邸宅。迷路のような邸宅内は不思議な造りの部屋ばかりで、主な見どころはツアーで案内してくれる。当時の最新設備や贅を尽くした室内装飾も必見。

MAP P.106

所525 S. Winchester Blvd 交サンノゼ美術館から車で10分 ☎408-247-2101 営9:00～17:00（ツアーの最終時間、季節により異なる） 休無休 料メインツアー$54など カードV、M、A URL www.winchestermysteryhouse.com

←床にガラス窓？ 階下の使用人を監視するための窓だったそう

1 屋敷のミニチュアの置物$12.99 2 ロゴ入りバッグ$4.99 3 キーホルダー$6.99（右）、レターオープナー$5.99（左）

↑東洋がテーマの寝室。家具やシルクの寝具などがアジアっぽい

グルメスポットならココ!

居心地のいいおしゃれなカフェから気軽でおいしいダイニングまで、サンノゼ住人に教えてもらった穴場&オススメ店はこちら!

お酒を楽しみながら

1レンガ作りの内装が魅力的で広いパティオも併設している 2ローストしたビーツとスイカのサラダは色鮮やか$14 3名物のSP2バーガーも人気$25

賑やかに楽しくアメリカ料理を

SP2 コミュナル バー+レストラン

SP2 Communal Bar + Restaurant

地元食材を使ったアメリカ料理が中心のバー&レストラン 。人気は、イタリア製ウッドファイヤーオーブンで焼き上げたピザ「ベイビーバックリブ」など。アルコールメニューも充実。

MAP P.106

所72 N Almaden Ave. 交サンノゼ美術館より徒歩8分 ☎408-299-2000 営11:30～21:30(火曜15:00～、金曜11:00～22:30、土曜10:00～22:30、日曜10:00～19:00) 休月曜 料$30～ カードV、M、A URL sp2sanjose.com/

ゆっくりコーヒーを

コーヒーはココ! 住人御用達カフェ

カフェ・フラスカティ

Caffe Frascati

「サンノゼでNo.1」と評判のカプチーノ$3.85など、イタリアンコーヒーが楽しめる。パニーニ、ベーグル、キッシュ、サラダなどフードメニューも充実。毎月第1土曜夜はライブ演奏も。

MAP P.106

所315 S. 1st St 交サンノゼ美術館から徒歩6分 ☎408-287-0400 営7:00～22:00(金曜～24:00、土曜8:00～24:00、日曜8:00～21:00) 休無休 カードV、M、A、J URL caffefrascati.com

飲食スペースはテーブル席、スタンディング、屋外席もある

気軽にランチを

グルメな店が集まるフードコート

サン・ペドロ・スクエア・マーケット

San Pedro Square Market

2棟ある建物にイタリアン、メキシカン、アメリカン、ワインバーなど20店が入る。どの店も味に定評があり地元の人もよく利用している。イベントやライブが行われることも。

MAP P.106

所87 N. San Pedro St 交サンノゼ美術館から徒歩7分 ☎408-981-7218 営7:00～24:00(店舗により異なる) 休無休 URL www.sanpedrosquaremarket.com

Mexican

メキシカン・タコスの店「LOTERIA TACO BAR」

タコス$7.50。生地はソフトかハード、具もチョイスできる

アイスクリーム屋さんのフードトラック

広々としていてカジュアルなので、子ども連れでも気軽に食事が楽しめる

Itarian

店内の窯で焼いたナポリ風ピザを提供する「Bocca Lupo」。ナポリピッツァ協会認定店

あの有名企業へ行ってみよう

郊外にあるIT企業の中には、本社ビルに博物館やショップを併設するところも。ここでしか手に入らないレア・アイテムをゲット!

インテルの本社ビル。立ち入りは不可 Bunny People人形のUSBメモリー。

受付で日本語のガイドをもらおう

チップの歴史や仕組みを紹介

インテル・ミュージアム

Intel Museum

インテル社のチップ開発の歴史やCPUの動作原理などをわかりやすく解説。また共同設立者ロバート・ノイスの功績も紹介する。ギフトショップでは、ロゴ入りグッズが手に入る。

MAP P.106

所2200 Mission College Blvd, Santa Clara 交サンノゼ美術館から車で10分 ☎408-765-5050 営9:00～18:00(土曜10:00～17:00) 休日曜(その他不定休あり) 料無料 URL intel.com/museum

スクリーンクリーナーセット

1これがアップル本社。訪問記念の撮影はここで。横にストアがある。本社内は立ち入り不可 2ロゴ入りグッズが種類豊富に揃う。名刺入れ$12.95 3ドリンク・ボトル。青いボトルもある 4ノート

世界唯一のアップルのショップ

アップル・インフィニット・ループ

Apple Infinit Roop

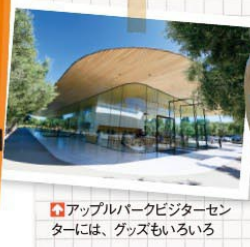
アップル本社の敷地内にあるアップルストア。このほかアップルパークビジターセンターも一般人の利用が可能だ。オリジナルのグッズを販売している。

MAP P.97 D-5

所1 Infinite Loop, Cupertino 交サンノゼ美術館から車で8分 ☎408-606-5775 営9:00～19:00(土曜10:00～18:00、日曜11:00～17:00) 休無休 カードV、M、A、J URL www.apple.com/companystore

最新の機器を体験できるコーナーも

IT産業の聖地 シリコン・バレー Silicon Valley

シリコンバレーって何？

アップルパークビジターセンターには、グッズもいろいろ

サンフランシスコの南一帯を指す

シリコン・バレーとは、サンフランシスコの南に広がる谷一帯のこと。もともとシリコン・バレーという都市名はなく、IT企業が集まることから、半導体の主原料となるシリコンと合体させて、シリコン・バレー（谷）と呼ばれるようになった。

名だたるIT企業の本社が集まる

一帯には、アップル、ヤフー、グーグル、インテルなど名だたるIT企業の本拠地が点在し、世界経済に大きな影響を与えるエリアとして知られる。シリコン・バレー熱は1990年代にピークを迎え、その後は下降線をたどっているが、これらの企業が本社を置くシリコン・バレーは、いまもIT企業の"聖地"に変わりなく、観光で訪れる人も多い。

インテルの本社もサンノゼ郊外に

サンノゼ市内にあるアドビの本社

San Joseから足をのばして

サンノゼを拠点に周辺にあるスポットや街へ車で足をのばそう。海岸線のドライブやかわいい街散策など、お楽しみがいっぱい!

スタンフォード大学 Stanford University

1 高さ87mのフーバー・タワー。見学は10：00～16：00、入場料$4 **2** 噂通りの美しいキャンパス

アメリカ屈指の名門大学

「The Farm（農場）」と呼ばれる広大な敷地に、日干しレンガ造りの建物が並ぶ、美しいキャンパスが見学できる。メモリアルチャーチや高さ87mのフーバータワーなど見どころは多い。

MAP P.97 C-5
交 サンノゼから車で30分
URL www.stanford.edu

モントレー Monterey

イワシ漁で栄えた港町

観光の拠点は2つ。キャナリーは、かつてイワシ漁で栄えたエリアで、モントレー・ベイ水族館などがある。一方のフィッシャーマンズ・ワーフはシーフードのレストランなどが多い。

MAP 付録P.5
交 サンノゼから車で1時間15分

カーメル Carmel

キュートなリゾートタウン

かわいらしい建物が軒を連ねる小さな街。街を散策するのもよし、白砂のビーチでのんびりするもよし。時間が許せば、ミッション（伝道所）にも立ち寄ってみたい。

絵本の中から飛び出して来たような建物のカフェやショップが並ぶ。かわいくて小さな街をお散歩しよう

MAP 付録P.5
交 サンノゼから車で1時間20分

ハーフムーンベイ Half Moon Bay

美しい海岸線が見わたせる

太平洋沿岸を走る1号沿いにあるポイント。湾の形が半月型であることからこの名がついた。美しい海岸線が見渡せる断崖絶壁の上には、「ザ・リッツ・カールトン ハーフムーンベイ」が立つ。

ホテルの部屋からは太平洋が一望できる

ハーフムーンベイの海岸線に立つホテル「ザ・リッツ・カールトンハーフムーンベイ」。まるでイギリスのお城のようだ

MAP P.97 B-5
交 サンノゼから車で50分

サンノゼの快適ホテル

IT企業が多いため、サンノゼには、機能的で快適なホテルが多い。なかでもおすすめはこの3つだ。

サンノゼの中心地に立つ
ヒルトン・サンノゼ Hilton San Jose

MAP P.106
所 300 Almaden Blvd 交 サンノゼ国際空港から車で5分 ☎ 408-287-2100
室 353室 料 $194～ カード V、M、A、J URL www3.hilton.com

機能性に優れたホテル
フォーポイントバイシェラトン・サンホセダウンタウン Four Points by Sheraton San Jose Downtown

MAP P.106
所 211 S. 1st St 交 サンノゼ国際空港から車で15分 ☎ 408-282-8800
室 86室 料 $159～ カード V、M、A、J
URL www.marriott.com

広い客室で観光の拠点に便利
サンノゼ・マリオット San Jose Marriott

サンノゼ美術館やサン・ペドロ・スクエアなど、主な観光地は徒歩圏内。モダンな高層ビルのホテルで、客室、バスタブ付きのバスルームともに広く、設備も新しく快適に滞在できる。

高層階の客室からは市街の眺望も楽しめる
広々としたロビー。レストランやバーも充実

MAP P.106
所 301 S. Market St
交 サンノゼ国際空港から車で15分
☎ 408-280-1300 室 506室
料 $128～ カード V、M、A URL www.marriott.co.jp/hotels/travel/sjcsj-san-jose-marriott

アウトレットでお得にショッピングを楽しもう!

HOLLYWOOD

3つのタイプの
ショッピング・センターを
全米100ヵ所以上で展開する
サイモン・ショッピング・デスティネーションズ。
今回はカリフォルニアの人気観光地からも
近いおすすめのアウトレットをピックアップ!
ショッピングと観光のどちらも存分に
お楽しみください!

サクラメント
サンフランシスコ
サンノゼ
カリフォルニア州
ラスベガス
デザートヒルズ・
プレミアム・アウトレット
ロサンゼルス
ザ・アウトレット・アット・オレンジ
カールスバッド・プレミアム・アウトレット
サンディエゴ
ティファナ
ラス・アメリカス・プレミアム・アウトレット

San Diego

サンフランシスコ・プレミアム・アウトレット®

San Francisco Premium Outlets®

サンフランシスコから車で1時間ほどのリバモアバレーにあり、公共交通機関でアクセスできる最大級のアウトレット。グッチ、プラダ、バーバリーなどの有名ブランドからアメリカンイーグル、コール・ハーンなどのお手頃ブランドまで約180店舗が入る。

所 2774 Livermore Outlets Drive,Livermore
☎ 925-292-2868
L 10:00〜21:00(日曜〜19:00)
休 無休
URL www.premiumoutlets.com/outlet/san-francisco

まだまだある!
SIMONのセンターをウェブサイトからチェック!!

店頭価格からさらにお得なクーポンがもらえる
引換券を本誌読者の方にプレゼント!
左のQRコードから出てきた画面を
プリントアウトするかスクリーンショットで
保存し各センターのサービスカウンターへ。

センターに到着したら
ゲスト・サービスのカウンターで
クーポン引換券に
交換できます。

SIMON℠

カリフォルニアに来たらSIMON℠の

デザートヒルズ・プレミアム・アウトレット®
Desert Hills Premium Outlets®

カリフォルニア州で最大級の高級プレミアム・アウトレット。このセンターにはアルマーニ、グッチ、プラダなどの有名ブランドやナイキ、ノース・フェイスといったスポーツブランドが入っており、雄大な山を望む砂漠地域の広大な敷地に180店舗が入っている。

所 48400 Seminole Dr,Cabazon,
☎ 951-849-6641 L 10:00〜21:00（日曜〜20:00） 休 無休
URL www.premiumoutlets.com/outlet/desert-hills

ラス・アメリカス・プレミアム・アウトレット®
Las Americas Premium Outlets®

サンディエゴのダウンタウンから南に20分の場所に125店舗が入るアウトレット。キレイな中庭を散歩しながらショッピングが楽しめる。メキシコとの国境に近いこともあり本場のメキシコ料理が楽しめるレストランをはじめフードコートも充実、和食レストランもあり。トロリーでアクセスできるので大変便利。

所 4211 Camino de la.Plaza.San Diego
☎ 619-934-8400 L 10:00〜21:00（日曜〜19:00） 休 無休
URL www.premiumoutlets.com/outlet/las-americas

ザ・アウトレット・アット・オレンジ
The Outlets at Orange

アナハイムにあるリテールとアウトレットの揃う複合型施設。コンバース、ナイキ、アディダスなどのスポーツブランドが充実の他、高級デパートのアウトレットが4つも入り、映画館やゲームセンターなどエンタメ施設も充実。ディズニーランドからすぐの所にある。

所 20 City Blvd W,Orange
☎ 714-769-4001
L 10:00〜21:00
（金・土曜〜22:00、日曜〜20:00）
休 無休
URL www.simon.com/mall/the-outlets-at-orange

カールスバッド・プレミアム・アウトレット®
Carlsbad Premium Outlets®

トスカーナ風の建築のアウトレット。サンディエゴから車で40分。85店ほどの店舗数だがケイト・スペード ニューヨーク、トリーバーチ、ラルフローレンなどの人気どころのブランドは揃っている。

所 5620 Paseo Del Norte, Carlsbad,
☎ 760-804-9000
L 10:00〜21:00（日曜〜19:00）
休 無休
URL www.premiumoutlets.com/outlet/carlsbad

San Francisco

トラベルインフォメーション

Travel Information

海外旅行に「？」や「！」はつきもの。少々のハプニングなら笑ってやり過ごしたいが事件・事故には巻き込まれたくない。トラブルを回避してスムーズに旅行するためには現地の事情を知ることが何より大切だ。

日本からの出国

手続きで混み合うこともあるので、少なくとも出発の2時間前には空港に着いていたい。

●チェックイン

自分が乗る便の航空会社のカウンターや自動チェックイン機で、航空券とパスポートを提示して、搭乗券（ボーディングパス）を受け取る。荷物を預け、バゲージ・クレーム・タグを受け取る。

※セキュリティチェックの強化にともない、アメリカの空港を出発または乗り継ぐフライトでは、荷物に鍵をかけないよう指示される（帰国便も同様）。スーツケースにはベルトを忘れずに。

●セキュリティチェック

機内に持ち込む手荷物のX線検査とボディチェック。壊れやすいものや貴重品、預け荷物に入れられないモバイルバッテリー、カメラの予備電池、ライターなどは手荷物にしておく。機内への持ち込みが制限されている刃物類などの危険物と、規定量を超える液体類(ジェル状・クリーム状・スプレー類を含む)は、あらかじめ預け荷物内へ。セキュリティチェックは年々厳しくなっているので、詳細は航空会社や空港のウェブサイトで確認しておこう。

●外国製品の持ち出し申請

高価な外国製品を持って行くなら、今回の旅行で購入したものではないことを帰国時に証明するため「外国製品の持出し届」を現物と一緒に税関へ提示、用紙は帰国時まで保管しておく。

●出国審査

出国審査カウンターでパスポートを提示して出国スタンプを押してもらう。主要空港で利用できる顔認証ゲートの場合は、端末にパスポートを置き、顔写真を撮影する。出国スタンプは押されない。

●搭乗

搭乗券に書いてある搭乗ゲートへ。搭乗口では再度パスポートの確認がある。

日本への入国

●検疫

機内で検疫の質問票が渡されたら必要事項を記入して提出。体調の悪い人は健康相談室へ。

●入国審査

「日本人」の表示のある入国審査カウンターでパスポートを提出して、入国スタンプを押してもらう。主要空港では顔認証ゲートも利用できる。

●荷物の受け取り

搭乗便名の表示されたターンテーブルで荷物を受け取る。紛失・破損の場合は、クレームタグを見せて利用航空会社の係員に申し出る。

●動植物検疫

動植物やその加工品を持ち帰った人は輸入検査を受ける。持ち帰っていない人は税関へ。

ビザ（査証）

アメリカの場合、日本国籍で、観光や商用での90日以内の滞在であれば、原則としてビザは免除。アメリカ出国用航空券の所持、ESTA登録などの条件があるので確認しておこう。パスポートがIC旅券であることも条件だが、日本国内で発給されたパスポートなら通常は問題ない。有効期間は帰国時まであればOK（入国時90日以上が望ましい）。

そのほかの場合はアメリカ大使館や総領事館でビザを申請する。

IC旅券のマーク

在日アメリカ大使館

☎03-3224-5000 URL jp.usembassy.gov

米国ビザインフォメーションサービス

☎050-5533-2737 URL www.ustraveldocs.com

ESTA

ビザ免除でアメリカへ入国する条件のひとつがESTA(電子渡航認証)の登録。出発72時間前までに公式サイトで必要事項を入力して申請する。日本語表示も選べるが、記入は英語とローマ字で。料金$14は、Visa、MasterCardなどの国際クレジットカードで支払う。登録は2年間有効。ただし、その間にパスポートの有効期限が切れた場合は、再登録が必要になる。申請は本人以外でもOKだが、旅行会社や代行サイトを通した場合は手数料がかかる。

ESTAは印刷して持参するのがおすすめ。

米国国土安全保障省 ESTA URL esta.cbp.dhs.gov

海外旅行傷害保険

旅先で思わぬ事故やトラブルに遭う前に、海外旅行傷害保険に加入しておこう。アメリカは医療費が高く、万が一の際の搬送費用なども本人負担の場合かなり高額になる。クレジットカードによっては保険が付帯していることもあるので出発前に内容の確認を。空港でも加入できる。

国際（国外）運転免許証

住民登録している地区の運転免許試験場か免許更新センターの国外運転免許窓口、または所轄の警察署で手続きをする。日本の運転免許証、パスポート、写真（タテ5cm、ヨコ4cm）1枚、手数料2350円を持参し、窓口にある申請書に記入すれば、通常はすぐに発行してくれる。有効期間は1年。なお海外で運転の際は、日本の運転免許証も必要なので持参すること。

国際学生証（ISIC）

世界130か国以上で共通の学生証。美術館や博物館の入館料、交通機関の運賃などが学割になる。郵送やオンラインでも申し込める。

ISIC JAPAN URL www.isicjapan.jp

旅の準備と日本の出入国

カリフォルニアへ出発する前に国内でしておかなければならない手配や、空港での出入国の手続きについて知っておこう。準備からすでに旅が始まっているともいえるのだ。

旅の準備

パスポート取得

パスポートには有効期間10年のものと5年のものがある（未成年者は5年のみ）。海外へ渡航する人の国籍や身分を証明する大切なものなので、旅の間は紛失したり、盗難に遭わないよう、厳重に保管したい。

●申請

住民登録をしている都道府県（地域によっては市町村の担当窓口）の「旅券課窓口」へ申請する。更新は有効期限の1年前から受け付けている。申請から発給まで、長いところでは2～3週間かかることもあるので、早めに申請をしておくこと。

●パスポート（旅券）申請に必要なもの

- ■一般旅券発給申請書（窓口にある）
- ■戸籍謄本（または抄本）………6か月以内のもの。有効期限内のパスポートを切り替える場合は、氏名や本籍に変更がなければ不要
- ■住民票の写し…6か月以内のもの※
  ※住民基本台帳ネットワークシステムを利用できる場合は、住民票の提出が不要。居所申請では必要
- ■写真1枚（タテ4.5cm、ヨコ3.5cm、縁なし、正面、無帽、無背景など規定どおりのもの）…6か月以内のもの
- ■身元確認の書類（運転免許証、有効または失効後6か月以内の日本国旅券など1点でよいものと、健康保険証、年金手帳など2点必要なものがある。詳しくは旅券課へ問い合わせを）
- ■前回取得した旅券

外務省パスポートAtoZ
URL www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport
申請書のダウンロードも可能

●受領

上記の申請書類一式を提出すると受理票（受領証）を渡される。その受理票と発給手数料（10年旅券は1万6000円、5年旅券は1万1000円、満12歳未満は6000円）を持参して、受理票に書かれた指定日以降、発行日から6か月以内に、必ず本人が受け取りに行く。申請は本人以外でも可能だが、受領は代理や郵送ではできない。

アメリカからの出国

●空港へ

セキュリティチェックに時間がかかることもあるので、出発の2～3時間前には到着しておきたい。航空会社やチケットのタイプによっては事前にオンラインでのチェックインも可能。

●チェックイン

利用する航空会社のカウンターや自動チェックイン機でパスポートと航空券(eチケット控え)を提示。大きな荷物を預けて、搭乗券とクレームタグを受け取る。アメリカでは出国審査や税関検査はとくに実施されていないので、そのままセキュリティチェックへ進む。

●セキュリテイ・チェック

機内持ち込みの手荷物を検査機に通し、本人は検査用のゲートを通る。腕時計やキーホルダーなどは、金属探知器に引っかかることもあるので、外しておこう。日本出国時と同様に液体類やライターの持ち込みは制限されている。この検査を受けたら、後は搭乗ゲートに向かい搭乗開始を待つだけだ。

税関申告書の記入方法

税関申告書

認定書式
OMB NO. 1651-0009

19 CFR 122.27, 148.12, 148.13, 148.110,148.111, 1498; 31 CFR 5316

到着する渡航者各個人、または家族の世帯主には、以下の情報を提供することが義務づけられています。(申告書は一家族につき一通のみです) 。「家族」とは、血縁関係、婚姻関係、慣習婚姻関係、または養子縁組による家族関係を持ち、同じ世帯に居住している者を意味します。

1 姓(苗字) SHOBUN ①
名(ファーストネーム) CHIAKI　ミドルネーム
2 誕生年月日　月 0 1　日 2 4　西暦年 9 4 ②
3 渡航に同行している家族の人数 0 ③
4 (a) 米国における滞在・居住先の住所(番地と通り)(ホテルの名称・訪問先)
CALIFORNIA HOTEL ④
(b) 市 LOS ANGELES　(c) 州 CA
5 旅券発行国 JAPAN ⑤
6 旅券番号 AB1234567 ⑥
7 居住国 JAPAN ⑦
8 今回渡米に先立って訪れた国・国々 ⑧
9 航空会社・便名もしくは船舶名 NH6 ⑨
10 今回の渡米の主要目的はビジネスです: ⑩ はい　いいえ ✔
11 私(私達)は、以下の物品を所持しています: ⑪
(a) 果物類、野菜類、植物類、種物、食物、昆虫類: はい　いいえ ✔
(b) 肉類、動物、動物/野生生物製品: はい　いいえ ✔
(c) 病因体、細胞培養、巻貝類: はい　いいえ ✔
(d) 土壌、あるいは、私(私達)は、農場・牧場・牧草地にいました: はい　いいえ ✔
12 私(私達)は、家畜の近くにいました: ⑫ はい　いいえ ✔
(家畜との接触、または処理・扱いなど)
13 私(私達)は、現在通貨、または、金融商品にして、10,000ドル以上の米ドル、または、それに相当する外国通貨を所持しています: ⑬ はい　いいえ ✔
(金融商品の定義は裏面参照)
14 私(私達)は、市販用商品を所持しています: ⑭ はい　いいえ ✔
(販売対象になる商品、または、発注を促す目的で使用する試供品、 または、個人の身の回りの所持品の範疇に当てはまらない物品)
15 米国居住者—市販用商品を含め、海外で購入、あるいは取得した物品(他人への贈与品も含める, ただし米国に郵送した ものは含まない)の総額: $
渡航訪問者—米国に残していく物品の総額—(市販用商品込み): ⑮ $ 85

この書式の裏面にある記入説明文をお読みください。申告義務のある全ての品目について記入する欄が設けてあります。

私は、この書式の裏面にある重要な情報項目を読み、真実に基づいた申告をしました。
X 昭文千秋 ⑯　03/29/2020 ⑰
署名　日付(月/日/年)

①上段:姓、下段:名
②生年月日(西暦で、月／日／生まれ年の下2桁)
③旅行をともにしている家族の人数
④滞在先(ホテル名／都市／州)
⑤パスポート発行国(日本はJAPAN)
⑥パスポート番号 ⑦居住国 ⑧経由国名 ⑨利用便名
⑩滞在目的がビジネスである(はい／いいえにチェック)
⑪生物・植物などの所持の有無(はい／いいえにチェック)
⑫家畜との接触の有無(はい／いいえにチェック)
⑬1万ドル以上の所持の有無(はい／いいえにチェック)
⑭市販用商品(サンプルを含む)の持ち込み(はい／いいえにチェック)
⑮下段:持ち込むみやげ品の総額
⑯署名 ⑰記入日(西暦で、月／日／年の順)

日本からカリフォルニアへ

飛行機に乗っている間に、税関に提出する書類はあらかじめ書いておこう。提出すべき書類を揃えておけば、出入国手続きは難しくない。

カリフォルニアへのアクセス

●所要時間

ロサンゼルス、サンフランシスコ、サンノゼの3都市とも、日本からの直行便が運航している。成田空港、羽田空港、関西空港から、所要9時間～10時間ほど。日付変更線を越えるので、午後～夕方に日本発の便に搭乗すると、現地到着は同じ日の午前中～昼ごろになる。

●直行便のあるおもな航空会社

ANA　All Nippon Airways
日本☎0570-029-333　アメリカFREE 1-800-235-9262(日本語)

ユナイテッド航空　United Airlines
日本☎03-6732-5011　アメリカFREE 1-800-537-3366(日本語)

日本航空　Japan Airlines
日本☎0570-025-031　アメリカFREE 1-800-525-3663(日本語)

デルタ航空　Delta Air Lines
日本☎0570-077-733　アメリカFREE 1-800-327-2850(日本語)

アメリカン航空　American Airlines
日本☎03-4333-7675　アメリカFREE 1-800-237-0027(日本語)

シンガポール航空　Singapore Airlines
日本☎03-3213-3431　アメリカFREE 1-800-742-3333

アメリカへの入国

●入国審査　Immigration

パスポートと税関申告書(家族で1枚)、帰りの航空券(eチケット控え)を用意。誘導に従ってAPCキオスク(自動入国審査端末)、または審査ブースへ並ぶ。APC利用の場合は、パスポートのスキャン、顔写真の撮影と指紋スキャン、質問の回答などを端末で行う。日本語も選択可。手続き後に発行されるレシートを受け取り、指示に従って進もう。税関申告書の提出は不要の場合もある。

●荷物のピックアップ　Baggage Claim

Baggage Claim(手荷物受取所)へ。搭乗してきた便名が表示されたターンテーブルで荷物を受け取る。荷物が出てこない、破損している等のトラブルは係員にバケージ・クレーム・タグを見せて伝える。

●税関

免税範囲内なら緑色のサインのほうへ。申告が必要な場合は赤色のサインのカウンターへ進み、パスポートと税関申告書(またはAPCレシート)を提出してチェックを受ける。動植物、土、肉類、果物等に加えて牛肉エキスや乾燥肉を使ったカップ麺やスナック菓子なども持ち込み禁止。申告しないと多額の罰金が科せられることもある。＄1万相当額以上の現金、有価証券の持ち込みも申告が必要。

アメリカ入国時の免税範囲(1人につき)

■紙巻たばこ200本(葉巻なら100本)
■酒1クォート(約1リットル)
■みやげもの＄100相当
※酒・たばこは21歳以上のみ

●税関

機内で配られる「携帯品・別送品申告書」に記入して、買い物が免税範囲内なら緑の表示のカウンターに並ぶ。免税範囲を超えている場合は赤い表示のカウンターに並ぶ。

●別送品について

海外から荷物を別途小包として送った場合、免税範囲や簡易税率の適用を受けるなら別送品手続きをする必要がある。荷物の外装、税関告知書、小包の送り状などに「別送品」と明記し、帰国者本人を受取人とする。帰国時に「携帯品・別送品申告書」を2通作成し、1通は本人用に税関で確認印をもらっておく。これは荷物の受け取りまで保管しておくこと。

●日本入国時の免税範囲

酒類	3本(1本760cc程度のもの)。未成年は不可
たばこ	紙巻400本、葉巻100本、その他500g。2種類以上は合計500gまで。日本製・外国製、居住・非居住の区別はない。未成年は不可
香水	2オンス(1オンス約28cc)
その他	同一品目…同一品目の合計が海外市価で1万円以下のものは免税(例:1本5000円のネクタイ2本)。買い物の合計額が20万円までは免税

※免税範囲は個人的に使用すると認められるものに限られる。旅行中使用していた衣類や化粧品など、身の回りのものは原則として無税。6歳未満は本人が使用するもののみ。

日本への持ち込みに制限があるもの

■ワシントン条約で規制の対象になっている動植物およびそれらの加工品は、相手国の輸出許可書がなければ国内に持ち込めない(象牙、ワニ・トカゲ・ヘビ皮の製品、毛皮、蘭、サボテンなど)
■麻薬類、拳銃類、通貨や証券の偽造品
■海賊版、にせブランド品などコピー商品
■わいせつ品
■医薬品、化粧品なども数量制限がある

詳細は税関に問い合わせを
東京税関　税関相談官室 ☎03-3529-0700
大阪税関　税関相談官室 ☎06-6576-3001
URL www.customs.go.jp/kaigairyoko/

他人から預かる荷物に注意して！

海外では、たとえ知人からでも、中身のわからない荷物を不用意に預からないこと。知らぬ間に麻薬などを運ばされ、重罰になるケースが増えている。もし不審な荷物があったら税関で申告しよう。

ANAでカリフォルニアへ！

ロサンゼルス、サンフランシスコのほかサンノゼ便も運航！

カリフォルニアの玄関口といえば、まずはロサンゼルスとサンフランシスコ。ANAでは成田と羽田からロサンゼルスへ毎日計3便、成田と羽田からサンフランシスコへ毎日計2便を運航。夕方成田発の便なら、カリフォルニア到着はお昼前なので、1日たっぷり遊べる。さらにANAでは、羽田からシリコンバレーの中心都市サンノゼへ毎日1便を運航。サンノゼはサンフランシスコから車で1時間ほどの街。ビジネス客が多いが、サンフランシスコへの玄関口として利用するのも便利。小規模空港なので、入国審査の待ち時間が少ないのも魅力。その他、北米西海岸へは、シアトル、バンクーバーにも運航している。

空港から市内へのアクセス

ロサンゼルス、サンフランシスコ、サンノゼとも日本からの直行便が運航する。空港から市内へは、シャトルバンやタクシーが便利。サンフランシスコなら鉄道も利用できる。

空港から市内へのアクセス

フライアウェイ・バス

空港とダウンタウンのユニオン駅を結ぶバス。乗り場は各ターミナルの到着フロアの外にあり、緑色の「Fly Away」の看板が目印。所要30～50分で、料金は＄9.75（クレジットカードやTapカードが必要）。5:00～深夜1:00は30分おき、深夜1:00～5:00は1時間おきに運行。ハリウッドやロングビーチ行きなど4つの路線があるので、行き先の確認を忘れずに。予約不要。

フライアウェイ・バス　FlyAway Bus
URL www.lawa.org/flyaway

メトロレール

無料のLAXシャトルがメトロ・グリーンライン（Cライン）のAviation/LAX駅まで連絡している。ダウンタウンへは、Aviation/LAX駅から東（Norwalk）方面に乗り、Willowbrook/Rosa Parks駅でブルーライン（Aライン）の北方面に乗り換え、7th St/Metro Center駅へ。ただし、大きな荷物がある場合はおすすめできない。ダウンタウンまで約1時間。料金は＄1.75（Tapカードが必要）。

メトロレール　Metro Rail　URL www.mta.net

レンタカー

各レンタカー会社のシャトルがターミナルを巡回しているので、利用するレンタカー会社のシャトルに乗って空港周辺の営業所へ。レンタカーを利用するなら日本で予約していくのがおすすめ。

レンタカーの利用について→詳細は付録 P.14

タクシー

3人以上で乗るなら、シャトルバンより安くなる。荷物が多い場合も便利。タクシー乗場はターミナル1の隣、専用乗場「LAX-it」にあり、各ターミナル前から無料シャトルが3～5分間隔で運行している。空港からダウンタウンへは所要約30分、料金は$46.50均一。ビバリーヒルズへは所要約20分、約$50（空港発料金$4も必要）。15%ほどのチップや、大きな荷物を出し入れしてもらったら1個$1程度のチップも忘れずに。

ライドシェア

アプリを利用した配車サービスで、UberやLyftなど数社ある。料金は車種や時間帯などによって異なるが、タクシーより割安になることが多い。タクシーと同じく専用乗り場「LAX-it」へ行き、配車をリクエストして乗り場で待とう。乗り場は会社別に分かれているので注意。

Uber　URL www.uber.com

タクシー・ライドシェア利用時の注意

近年、空港で偽タクシーに案内され、法外な値段を要求されたり、ライドシェア（Uber、Lyftなど）を装った車に乗ってしまい金品の強奪や暴行されるなど、事件が発生している。被害を避けるためには以下の注意が必要。

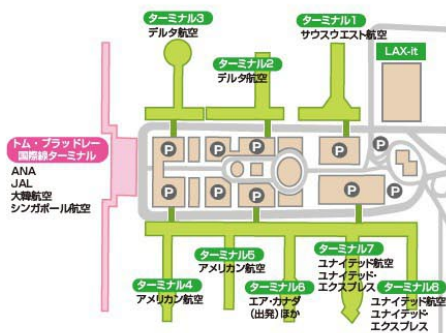
1空港のタクシーやライドシェアの専用乗り場「LAX-it」から乗車する。
2ライドシェア利用時は到着した車の車種、色、ライセンスプレートと、ドライバーの名前・写真と見比べるなど本人か確認する。また依頼主は誰かを確認（自ら氏名を名乗らない）。
3後部座席を利用する

ロサンゼルス国際空港（LAX）

Los Angeles International Airport

☎855-463-5252　URL www.lawa.org/lax

日本からの直行便も多数発着する カリフォルニアーの超巨大空港

LAXと呼ばれる西海岸最大の空港で、日本からの直行便も多数発着する。サンタモニカから海岸線を南下したところに位置し、ダウンタウンからは20kmほどの距離。日本など外国系航空会社の国際線は、トム・ブラッドレー国際線ターミナルに、アメリカ系航空会社はそれぞれ専用のターミナル1～8に発着する（共同運航便の場合は変更の場合あり）。ターミナル間の移動には無料の循環バスLAXシャトルを利用。

サンノゼ国際空港（SJC）

San Jose International Airport

☎408-392-3600　URL www.flysanjose.com

日本からはANAの直行便が運航 サンフランシスコへ行くのにも便利

IT産業の本拠地がシリコンバレー。その表玄関として知られるのがサンノゼ国際空港。サンノゼのダウンタウンから近く、サンフランシスコへのアプローチも可能。羽田からANAが直行便を運航している。

サンノゼ中心部へのアクセス

ターミナル前の乗場からVTAバスの60番（無料）で、Metro/Airport駅へ。ライトレールのWinchester行きやSanta Teresa行きに乗り、ダウンタウンのConvention Center駅まで所要約20分。＄2.50。一番便利なのはタクシーで、空港からダウンタウンまで、10～20分ほど。料金は＄15～20程度。ほかに空港利用料＄1.50と15%のチップが必要。乗り場は各ターミナル前にある。

サンフランシスコへのアクセス

ターミナル前の乗場から、VTAバスの60番（無料）でSanta Clara駅まで行きカルトレインに乗り換えれば、約2時間でサンフランシスコに到着。料金は＄10.50（クリッパーカード＄9.95）。また、空港シャトルならサンフランシスコ市内まで1時間30分ほど。

空港から市内へのアクセス

バート

空港と市内中心部を結ぶ高速鉄道。空港のBART駅は国際線ターミナルの出発階にある。ダウンタウンへは、Antioch駅行き（Antioch-SFO-Millbrae Line）を利用。片道＄10.15（クリッパーガード＄9.65）。所要時間は約30分。早朝から深夜まで15～20分間隔で運行。

BART（Bay Area Rapid Transit）
URL www.bart.gov

乗り合いシャトルバン

乗り合いシャトルバンは数社が運行している。乗り場は各ターミナルの出発階（国際線ターミナルはLevel3を出てすぐの道路の中州）にある。料金は会社によって異なるが、＄19程度（荷物の出し入れをしてもらった場合は、ドライバーに＄1のチップを）。所要時間は約30分。エアポートエクスプレスは4:30～22:00運行。

エアポート・エクスプレス　Airport Express
☎415-775-5121　URL www.airportexpresssf.com

タクシー

乗り場は各ターミナルの到着階を出てすぐの道路の中州にある。所要時間は約30分。料金は＄40～（ほかに15%ほどのチップが必要）。また空港から乗った場合は＄4の空港利用料も加算される。

サンフランシスコ国際空港（SFO）

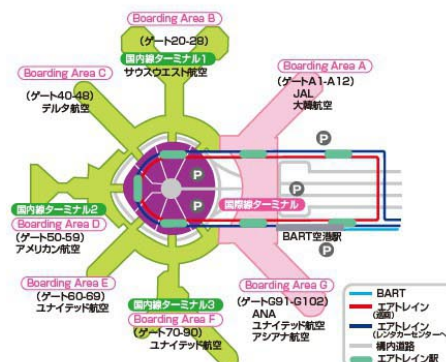
San Francisco International Airport

☎650-821-8211　URL www.flysfo.com

空港からダウンタウンまで バートが直結しているので便利

サンフランシスコのダウンタウンから南へ25kmほどの距離。日本からの直行便は国際線ターミナルに到着する。各ターミナルやバートの空港駅などを結ぶ無料のエアトレインが巡回。

カリフォルニアの基本情報

国によって生活事情・常識はまったく違うもの。事前に知識を仕入れておけば、その場であわてることなく、スムーズに旅を楽しむことができる。

電話

●アメリカ国内の通話

まず「1」をダイヤルし、それから市外局番をダイヤルする。ロサンゼルスの市外局番は213、310、323、626、サンフランシスコは415、サンノゼは408などがある。異なる局番へは「1-310」のようにかけること。1-800、1-888などで始まる電話番号はアメリカ国内だけで利用できるトールフリー(無料通話)。ただし、ホテルからかける場合は手数料がかかる。

●ホテルの電話

外線専用番号(9が多いがホテルにより違う)を頭につけてかける。客室からかける場合、通話料の他に手数料が必要。

●公衆電話

ホテルや空港には公衆電話があり、国際電話もかけられる。使えるコインは、25¢、10¢、5¢。市内通話の基本料金は3分間50¢。コインを入れて番号を押す。街なかには公衆電話は少なく、壊れている場合も多い。

●携帯電話とスマートフォン

日本で使っている携帯電話も、海外対応機種であれば、簡単な設定で使うことができる。着信にも通話料がかかるなど、日本とは料金体系が異なるので注意。また、スマートフォンは、電源を入れているだけでデータ通信を行うことがあり、知らぬ間に高額料金になることも。データローミングをOFFにするなど、必要な設定を確認しておくこと。よく利用するなら、海外パケット定額サービスや、モバイルWi-Fiルーターのレンタルが便利。海外対応携帯やスマートフォンも含め、出発当日に空港で借りることもできる。

国際電話のかけかた

カリフォルニアから日本へ

ダイヤル直通電話 03-3123-4567へかける場合

011	81	3	3123-4567
国際電話識別番号	日本の国番号	市外局番(先頭の0は省略)	相手の電話番号

その他の国際電話

KDDIスーパーワールドカード利用の直通電話も便利。一般固定電話への通話料は1分40円程度。KDDIの日本語オペレータ通話はコレクトコールが利用できる。

「KDDIスーパージャパンダイレクト」プリペイドカード利用の直通電話

アクセス番号 1-877-533-0081 → 日本語の音声ガイダンスに従って、カード番号、相手の電話番号をダイヤルする

※オペレーターが日本語で出るKDDIジャパンダイレクトは1-877-533-0051をダイヤル。3分2160円、追加1分460円。

日本からカリフォルニアへ

マイラインに登録している場合

010	1	310	相手の電話番号
国際電話識別番号	アメリカの国番号	ロサンゼルスの市外局番	

マイラインに登録していない場合

利用する国際電話会社の識別番号にかけてから、上記と同じようにダイヤルをする。

■ KDDI　001
■ NTT コミュニケーションズ　0033
■ソフトバンク　0061

携帯電話からかける場合

「+」または010 (au、ソフトバンク、docomo)	1	310	相手の電話番号
	アメリカの国番号	市外局番	

クレジットカード

カード社会のアメリカでは、クレジットカードは必需品。少額の買い物やレストランの飲食代とチップなどが、サインひとつで支払えるのはもちろん、信用保証としても利用されており、ホテルのチェックインの際には、クレジットカードの提示をしないと多額のデポジット(保証金)を要求されることもある。レンタカーを借りる際にも必要。現地のATMでのキャッシングも可能だ。ATMはもちろん、最近は買い物の際にも暗証番号(PIN)の入力を求められる場合が多いので、キャッシングの可否や限度額とあわせて事前に確認しておこう。

●カード利用の際の注意点

支払いの前に必ず金額の明細を確認する。また、暗証番号は決して他人には教えないこと。不正利用されても補償されない場合がある。

国際デビットカード

日本で開設している自分の口座から、利用後すぐに代金が引き落とされる。VisaやMasterCardなど、国際ブランドのデビットカードであれば、現地ATMでの引き出しや買い物にも利用できる。三菱UFJ銀行や三井住友銀行など多くの銀行が発行。

トラベルプリペイドカード

出発前に専用口座にチャージした額だけ利用できる海外専用プリペイドカード。現地では、ATMでの現金引き出しのほか、提携店での買い物にも利用できる。発行会社によっては窓口での即日発行も可能。クレディセゾンやアプラスなどが発行。

CD／ATMの利用

国際デビットカードやトラベルプリペイドカード、クレジットカードがあれば、現地通貨で現金を引き出せる。ATMは空港、ホテル、ショッピングセンターなどに設置され、ほとんどが24時間利用できる。日本語で操作できる機種もあるので、利用価値は高い。また、クレジットカードのキャッシング利率のほうが、現金両替の手数料よりも低い場合も多いので、賢く利用したい。

郵便

ハガキや手紙は「JAPAN」と「AIR MAIL」とを表に英語で書けば、宛名は日本語でOK。あとは、郵便局やホテルのフロントなどで切手を購入して貼り、ブルーのポストに投函すればOK。ハガキや手紙なら5～7日ほどで日本に届く。

インターネット

ロサンゼルスやサンフランシスコなど、都市のインターネット環境は基本的に良く、空港やホテル、カフェ、ファストフード店などでは無料でWi-Fi(無線LAN)を使えることも多い。利用にパスワードが必要な場合は、スタッフに聞いてみよう。スマートフォンを含めて、ネットを頻繁に使うなら海外用Wi-Fiルーターのレンタルが便利。インターネットカフェは少ないうえに、設備に不具合のある場合も多いので、ホテルのビジネスセンターがあれば利用したい。

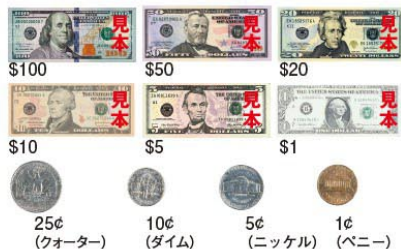
時差

日本とカリフォルニアでは夏は16時間、冬は17時間の時差があり、カリフォルニアの方が半日以上、日本より遅い。日本の朝9時は、カリフォルニアの前日夕方5時(夏の場合)となる。夏と冬の時差が1時間違うのは「サマータイム(デイライト・セービング・タイム)」のため。アメリカでは3月の第2日曜日から11月の第1日曜日まではサマータイムとして、時計が1時間早められる。

通貨

通貨はUS$(ドル)と¢(セント)で、＄1＝100¢。おもに流通している紙幣は6種類で、硬貨は4種類。紙幣は同じサイズなので間違わないようにしたい。少額の買い物やタクシーなどでは、高額紙幣(＄50以上)は断られる場合も多いので注意。$1紙幣はチップによく使うのでつねに用意しておきたい。また、硬貨は25¢をクォーター、10¢をダイムなどと呼ぶことが多いので、覚えておこう。

$1＝100¢＝約109円
1万円＝約＄92
(為替レート2020年3月現在)

25¢(クォーター)　10¢(ダイム)　5¢(ニッケル)　1¢(ペニー)

両替

日本円からドルへの両替は、空港、銀行、両替所など多くの場所で可能だ。大きなホテルでも扱っているが、利用は宿泊客のみ。銀行の営業時間は一般に9時から15時。日本より手数料がかかることも多いので、円からUSドルへの両替なら、通常、成田や関空なども含めて、日本でするほうがお得。チップとしてすぐに必要となるので＄1札も混ぜておこう。＄5や＄10など小額の紙幣を多めに両替しておくと使いやすい。ATMを利用するのもおすすめ。

Yellow Page

現地で役立つ電話番号一覧

緊急連絡先

在ロサンゼルス日本国総領事館 213-617-6700
在サンフランシスコ日本国総領事館 415-780-6000
警察・消防・救急 911

航空会社

ANA（日本語可） FREE 1-800-235-9262
ユナイテッド航空（日本語可） FREE 1-800-537-3366
日本航空（日本語可） FREE 1-800-525-3663
デルタ航空（日本語可） FREE 1-800-327-2850
アメリカン航空（日本語可） FREE 1-800-237-0027
シンガポール航空 FREE 1-800-742-3333

空港

ロサンゼルス国際空港 855-463-5252
サンフランシスコ国際空港 650-821-8211
サンノゼ国際空港 408-392-3600

交通機関

ロサンゼルス
MTA（メトロレール／メトロバス） 323-466-3876
イエローキャブ（タクシー） 424-222-2222
サンフランシスコ
Muni（ケーブルカー／メトロ/バス）
415-701-2311（サンフランシスコ市内からは311）
バート（BART） 510-465-2278
イエローキャブ（タクシー） 415-333-3333

レンタカー会社

ハーツレンタカー（ロサンゼルス空港） 310-568-5100
（サンフランシスコ空港） 650-624-6600
ダラーレンタカー（ロサンゼルス空港） FREE 1-866-434-2226
（サンフランシスコ空港） FREE 1-866-434-2226
エイビスレンタカー（ロサンゼルス空港） 310-342-9200
（サンフランシスコ空港） 650-877-6780
アラモレンタカー（ロサンゼルス空港） FREE 1-888-826-6893
（サンフランシスコ空港） FREE 1-844-370-8302
バジェットレンタカー（ロサンゼルス空港） 310-642-4500
（サンフランシスコ空港） 650-877-0998

日本語が通じる病院

ロサンゼルス
ニッポン・メディカル・クリニック（内科・皮膚科・外科他／月～金曜／予約制） 310-575-4050
サンフランシスコ
セント・フランシス・メモリアル・ホスピタル（総合病院／月～日曜／通訳サービスでの対応） 415-353-6847

クレジットカード会社（会員専用）

アメリカン・エキスプレス FREE 1-800-766-0106
JCB FREE 1-800-606-8871
NICOSカード FREE 1-800-665-1703
Visa FREE 1-866-670-0955
MasterCard FREE 1-800-307-7309
三井住友カード FREE 1-800-635-0108

飲酒と喫煙

飲酒ができるのは21歳から。そのため、バーやレストランでアルコールを注文する際やクラブに入店する際には、年齢確認のため、写真付きのID（パスポートなどの身分証明書）の提示を求められることもある。また、すべての公共建物内での喫煙は禁止。レストランやバーも禁煙なので気をつけよう。屋外でも、街によっては、建物の出入口の近くや公園、ビーチなどでの喫煙は禁止されている。

トラブル対策

アメリカの治安は近年よくなったが、日本と同じ感覚でいると犯罪に巻き込まれてしまう可能性も。夜間のひとり歩きはしない、バッグから手を離さない、常に周囲に目を配るなど、ちょっとした注意も必要だ。事故や盗難にあった場合は、速やかに警察へ被害届を出すこと。パスポートを紛失した場合は日本総領事館へ、クレジットカードやデビットカード、トラベルプリペイドカードを紛失した場合は発行会社への連絡も忘れずに。スマートフォンやタブレットを狙ったひったくりやスリも急増しているので注意しよう。盗まれたらすぐに携帯電話会社などに連絡を。

●被害者にならないために
★夜間のひとり歩きはしない（夜遅くなったらタクシーを利用する）。昼間でも人通りの少ない道には入らない。
★怪しげな人と目を合わせない。
★荷物はできるだけひとつにまとめ、足元に置くときは、両足ではさむなど身体から離さない工夫を。レストランなどでは、イスの背にかけず、膝の上か足元に。

●パスポートをなくしたら
すぐに警察へ連絡をとり、紛失（盗難）証明書を発行してもらう。日本総領事館へ連絡をして、新しいパスポートまたは、帰国のための渡航書を申請する。申請にはパスポート用写真2枚、戸籍謄（抄）本や日本国籍を確認できる書類、手数料などが必要。

●病気になってしまったら
宿泊するホテルのフロントに頼めば、医師を紹介してくれるが、自分で動ける状態であれば、加入している海外旅行保険会社のサービスセンターへ連絡し、指定の診療所へ行くのが得策。アメリカは医療費が高額なので、保険には入っておこう。市販薬は街なかのドラッグストアで購入できる。

●緊急時のために
天災や事件等に備えて、外務省の「たびレジ」に登録しておこう。渡航先の最新情報や緊急時の連絡が受け取れる。URL www.ezairyu.mofa.go.jp

サイズ表記と単位

日本とアメリカでは長さや重さ、温度などの単位が異なるので気をつけよう。以下の表を参考にして。

長さ

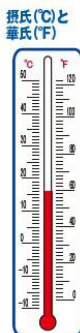
メートル(m)	インチ(in)	フィート(ft)	ヤード(yd)	マイル(mile)
1	39.37	3.28	1.094	0.000621
0.025	1	0.083	0.028	0.0000158
0.305	12	1	0.333	0.000189
0.914	36	3	1	0.00057
1609	63360	5280	1760	1

重さ

グラム(g)	キログラム(kg)	オンス(oz)	パウンド(lb)
1	0.001	0.035	0.002
1000	1	35.274	2.205
28.3495	0.028	1	0.0625
453.59	0.453	16	1

体積

cc	リットル(ℓ)	クオート(qt)	米ガロン(gal)
1	0.001	0.0011	0.00026
1000	1	1.056	0.264
946.36	0.946	1	0.25
3785.4	3.785	4	1

摂氏(℃)と華氏(℉)

電圧とプラグ

電圧は120V、周波数は60Hz。日本用の電化製品がそのまま使えるが、電圧が高いので長時間の使用や高熱を伴うものは注意。デジタルカメラやパソコンなどの場合は、100～240Vまで対応可能なものが多いので事前に取扱説明書で確認を。

コンセントの穴は3つ。2本式と3本式の2種類のプラグが使える。日本のプラグ形がそのまま利用可能

飲料水

水道水はほぼ飲用できるが、スーパーマーケットやドラッグストアではペットボトル入りのミネラルウォーターが何種類も売られているので利用する方がいいだろう。値段も日本と同じくらい。

トイレ

セキュリティの問題から、公衆トイレの数は少ない。レストランやカフェでは必ず利用しておこう。街なかでは、デパートや大型書店、大型ホテルのロビー、図書館など公共機関のトイレが清潔で使いやすい。鍵がかかっていて、店の人に鍵を借りて利用する場合もある。

チップ

アメリカではサービスを受けたらチップを渡すのが当たり前。チップに最も使われるのが＄1札。1¢コインをチップに入れるのは失礼とされている。

●どんなときに、いくら支払うのか
料金がかからないときは「ひと手間につき＄1」。料金を払うときは「その15～20％」と覚えておこう。
レストラン　飲食代の15～20％を目安に支払う。万一、味が悪くてもチップは15％支払おう。日本料理店ではチップを忘れる人が多いので注意。
ホテル　荷物を運んでもらったときは荷物1つにつき＄1～2。ルームサービスは運んでくれた人に料理代金の15％を渡す。部屋の掃除には枕の上に＄1～2を置いておく。
タクシー　乗車代金の15％。短距離で料金が安いときは50¢。荷物を出し入れしてもらったら、1個につき＄1ほど。
その他　トイレに係がいる場合は50¢～＄1。ツアーガイドには基本的に不要。個人で雇ったガイドや通訳には料金の10～15％。チップを渡すかどうか迷うときは、まわりのアメリカ人を観察して、マネをするといい。

●チップがいらない場合
★チップが料金に含まれている場合（伝票やレシートに「Service Charge」または「Gratuity」の欄があれば、請求金額に含まれている）。
★ファストフードやセルフサービスの店。
★ホテル側のミス（電球が切れていたなど）で修繕をしてもらった場合。

ID（身分証明書）の携帯

アメリカでは年齢確認のためだけでなく、セキュリティの面からも写真付きの身分証明書（ID）の提示を求められることが多い。旅行者はパスポートを提示することになるので、パスポートはできるだけ携帯しておこう。

カリフォルニアお役立ち便利帳

旅の基本英会話や服のサイズ、レストランでの注意点など便利ネタを集めました。

旅のかんたん英会話

空港で

旅の目的は何ですか？
What's the purpose of your visit?
ワッツ ザ パーパス オブ ヨアー ヴィズイット

観光です。
Sightseeing.
サイトスィーング

滞在は何日ですか？
How long are you going to stay?
ハウ ローング アーユー ゴゥイング トゥー ステイ

５日間です。
Five days.
ファイヴ デイズ

これをドルに両替してください。
Can you change this into dollars?
キャン ユー チェインジ ディス イントゥ ダラーズ

エアポート･シャトル乗り場はどこですか？
Where is the airport shuttle stand?
ウェアリズ ジ エアポート シャトル スタンド

私の荷物が見つかりません。
I can't find my baggage.
アイ キャント ファインド マイ バゲッジ

ホテルで

チェックイン（チェックアウト）をお願いします。
Check in (out) please.
チェックイン（アウト）プリーズ

タクシーを呼んでください。
Will you call a taxi?
ウィル ユー コーラ タクシ

荷物を預かってもらえますか？
Could you keep my luggage?
クッジュー キープ マイ ラゲッジ

お湯が出ません。
The hot water isn't running.
ザ ハット ウォーター イズント ラニング

バスタオルを１枚持ってきてください。
Could you bring me a bath towel?
クッジュー ブリン ミー ア ベアス タウォル

（部屋にかぎを置いたまま）締め出されてしまいました。
I locked myself out.
アイ ラックト マイセルフ アウト

カフェ・レストランで

今晩７時半に２人分の予約をしたいのですが。
I want to make a reservation for two people at 7:30 tonight.
アイ ウォン トゥ メイカ リザヴェイション フォー トゥ ピーポ アット セヴン サーティ トゥナイ

２人ですが、空いてますか？
Do you have a table for two?
ドゥ ユー ハヴァ ティボー フォー トゥー

メニューを見せてください。
May I see a menu?
メイ アイ シー ア メニュー

おすすめはなんですか？
What do you recommend?
ワッ ドゥ ユー リコメン

注文をお願いします。
Will you take our order?
ウィル ユー テイカワ オーダ

注文した料理がまだ来ていません。
My order hasn't come yet.
マイ オーダー ハズンッ カム イエッ

これは注文していません。
This is not what I ordered.
ディス イズ ノット ワッタイ オーダーッド

会計をしてください。
Check, please.
チェック プリーズ

ショッピングで

これを見せてください。
Can I see this?
キャナイ シー ディス

試着できますか？
Can I try this on?
キャナイ トライ ディス オン

大きい（小さい）サイズはありますか？
Do you have a bigger (smaller) one?
ドゥ ユー ハヴァ ビガァ （スモーラー） ワン

いくらですか？
How much is this?
ハウ マッチ イズ ディス

このクレジットカードは使えますか？
Can I use this credit card?
キャナイ ユーズ ディス クレディッ カード

観光で

何時まで開いてますか？
How late are you open today?
ハウ レイッ アー ユー オープン トゥデイ

日本語のパンフレットはありますか？
Do you have a Japanese brochure?
ドゥ ユー ハヴァ ジャパニーズ ブロッシュア

写真を撮ってもいいですか？
Can I take pictures?
キャナイ テイク ピクチャーズ

フィッシャーマンズ・ワーフに行きたいのですが。
I want to go to the Fisherman's wharf.
アイ ウォントゥ ゴー トゥ ザ フィッシャーマンズ ワーフ

このバスはユニオンスクエアに行きますか？
Does the bus go to Union Square?
ダズ ザ バス ゴー トゥ ユニオンスクエア

（バスで）着いたら教えてもらえますか？
Could you tell me when to get off?
クッジュー テゥ ミー ウエン トゥ ゲッ オフ

（タクシーでメモを見せて）この住所へ行ってください。
To this address, please.
トゥ ディス アドレス プリーズ

緊急時に

助けて！
Help!
ヘゥプ

やめて！
Stop it!
ストッピッ

警察（救急車）を呼んでください。
Please call a police (an ambulance).
プリーズ コール ア ポリス（アン アンビュランス）

頭（お腹）が痛いです。
I have a headache (stomachache).
アイ ハヴァ ヘデイク（ストマクエイク）

気分が悪いです。
I feel sick.
アイ フィール スィック

財布（パスポート）をなくしました。
I lost my wallet (passport).
アイ ローストゥ マイ ワレット（パァスポート）

日本語ができる人はいませんか？
Dose anyone speak Japanese?
ダズ エニワン スピーク ジャパニーズ

サイズ表記の違い

アメリカと日本では、サイズ表記が異なるので、以下の表を参考に。ただし、メーカーによってかなりのバラつきがあるので、購入前には必ず試着をしよう。

●婦人服

日本	5	7	9	11	13	15	17
アメリカ	2	3	5	8	10	12	14

●紳士服（スーツ）

日本	S		M		L		LL
アメリカ	44	46	48	50	52	54	56

●指輪

日本	7	9	11	13	15
アメリカ	4	5	6	6.5	7.5

●婦人靴

日本	22	22.5	23	23.5	24	24.5	25
アメリカ	5	5.5	6	6.5	7	7.5	8

●紳士靴

日本	24.5	25	25.5	26	26.5	27	27.5
アメリカ	7	7.5	8	8.5	9	9.5	10

レストランのアドバイス

人気店や高級レストランは予約を

高級レストランや人気店は予約していくのがおすすめ。自分で電話するのが不安なら、ホテルのコンシェルジュにお願いすればOK。最近はウェブ予約できる店も多い。

服装とマナー

服装についてはうるさくないが、高級レストランでは、ある程度おしゃれしていくのがスマート。店に入ったら、スタッフの案内で席につくのがルール。テーブルごとに担当が決まっているので、注文などは担当のウェイターやウェイトレスに。支払いはテーブルで。食事が終わったら、「Check,please」と声をかければOK。

チップについて

料金の15％が基本。伝票に「Service Charge」「Gratuity」とある場合は、すでに加算されているので支払は不要。カード利用の場合は、伝票のチップ欄に金額を書き入れ、合計金額を記入してサインする。チップだけを現金で支払ってもOK。

サンフランシスコから 1Dayトリップ

サンノゼ San Jose

国立公園 National Park

INDEX

観 観光スポット＆イベント
買 ショップ　食 レストラン
H ホテル

ロサンゼルス

Los Angeles

ロサンゼルスから

1Dayトリップ

サンフランシスコ

San Francisco

まっぷるリンク

アンケートに答えてプレゼントをGETしよう！

アンケートにお答えいただき、必須事項を入力のうえ、ご応募ください。抽選で賞品をプレゼントします。

応募方法

無料スマホアプリ「まっぷるリンク」でご応募ください

この本の巻頭に付いている付録を見ながら「まっぷるリンク」をダウンロードし、アンケートページでアンケートを入力してください。

※当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

まっぷるリンクのトップ画面から、巻頭付録にあるQRコードを読み込み

まっぷるリンクのメニューから、アンケート画面をタップ

個人情報の取扱いについて

読者の皆さまからご提供いただいた個人情報（住所・氏名・電話番号など）は、①プレゼント当選者への賞品の発送、②今後の新企画（地図・旅行ガイド・その他出版物、インターネットによる情報提供など）の参考とするアンケート調査、③当社からの新商品・新サービスに関するご案内の送付に利用させていただきます。他の目的には使用いたしません。また、情報の管理については、当社が責任をもって行います。詳細は当社ホームページに掲載されているプライバシーポリシーをご覧ください。

- 当社はプレゼント応募・アンケートなどの一環として個人情報をお尋ねします。ご提供いただいた情報は上記目的①～③に使用することを予めご承諾されたものとさせていただきます。情報のご記入については任意ですが、未記入の場合はプレゼント抽選の対象外となることをご了承ください。
- 当社は、外部の企業に個人情報の集計・分析等を委託することがあります。
- 当社は、個人情報を特定個人が識別できない統計情報として処理し、当社が適切と判断する目的のために開示することがあります。
- ご提供いただいた個人情報の開示・訂正・追加および削除については、本人からのご請求に限り利用目的の達成に必要な範囲内で対応いたします。

【個人情報取扱いについての問い合わせ先】

〒135-0006 東京都江東区常盤1-18-2 ㈱昭文社 個人情報担当　FAX:03-5625-4128

ご希望のプレゼントをひとつ選んでください。

Aコース 10名様
JCBギフトカード（1万円分）

Bコース 15名様
レッドホースコーポレーション（株）提供 まっぷる おみやげクーポン（5000円券）

※巻末「海外おみやげ宅急便」に掲載の商品を購入できる、5000円相当のクーポン券です。

Cコース 50名様
図書カード NEXT（1000円分）

※「まっぷるマガジン」「昭文社ムック」シリーズのアンケートに答えていただいた方のなかから3・6・9・12月末日に抽選して当選者を決定します。

STAFF

■編集
昭文社編集部（石原永二郎）、情報技研（山内章子）、木村由香里
■取材・執筆
情報技研（山内章子・木村みゆき）、木村由香里、星野佐奈絵
■撮影
佐々木実佳、末松正義、長谷川ゆり、安田仁志
■表紙写真
AFLO
■表紙デザイン
フラミンゴスタジオ
■本文デザイン
Rudy69
■校正
光永玲子、山下さをり、三和オー・エフ・イー
■DTP制作
タスクフォース
■地図制作協力
周地社、露木奈穂子
■現地スタッフ
梯伸子（ロサンゼルス）、関根絵里（サンフランシスコ）
■企画・取材協力
カリフォルニア観光局
■企画プロデュース
WHITE
■取材協力
ロサンゼルス観光局、ロサンゼルス国際空港、ウエスト・ハリウッド観光局、サンタモニカ観光局、ビバリーヒルズ観光局、サンフランシスコ観光協会、サンフランシスコ国際空港、サンディエゴ観光局、サンノゼ観光局、ハーツレンタカー、AFLO、iStockphoto、Getty Images
■印刷所
大日本印刷

まっぷるマガジン
まっぷる カリフォルニア・ロサンゼルス・サンフランシスコ

2020年5月15日発行
発行人　清水康史
編集人　井上健太郎
発行所　昭文社
本社　〒102-8238　東京都千代田区麹町3-1

☎0570-002060（ナビダイヤル）
PHS、IP電話などをご利用の場合は
☎03-3556-8132
※平日9:00～17:00（年末年始、弊社休業日を除く）
ホームページ https://www.mapple.co.jp/

■本誌に掲載した内容は、2020年1月～3月の取材・調査によるものです。
本誌出版後に、飲食店メニュー、商品内容、料金ほか各種データが変更されたり、季節による変動や臨時休業などでご利用できない場合があります。ご利用の際には、改めて事前にご確認ください。また、本誌で掲載された内容により生じたトラブルや損害等については、弊社では補償いたしかねますので、あらかじめご了承のうえ、ご利用ください。

MAPPLE
地球にやさしいUV加工／定価は表紙に表示してあります。

“いま”気になる場所
知らなかった景色

四季を感じる風景
ストーリーのある旅へ

新しい“旅のきっかけ”マガジン

ことりっぷ Magazine

年4回発刊
A4変

定期購読すると
電子版が無料

スマートフォン、タブレット、
パソコンなどで
いつでもご覧いただけます

ことりっぷ　定期購読

定期購読のお申し込み先は、
雑誌のオンライン書店 Fujisan.co.jp となります。
定価のご確認およびご利用は Fujisan.co.jp の利用規約に準じます

昭文社

まっぷる
海外
カリフォルニア・ロサンゼルス・サンフランシスコ
電子書籍×地図 無料 超便利アプリ!
昭文社